MAITREYA

MAGAZINE

TIBETAANS BOEDDHISTISCH TIJDSCHRIFT JAARGANG 18 1996 *f.* 6,50

1

Maitreya Boeddha beeld
Verschijnselen vanuit de leegte
Het Boeddha potentieel

INHOUD

MAITREYA BOEDDHA BEELD
door Lama Thubten Zopa Rinpochee 3

HET BOEDDHA POTENTIEEL
door Lama Dagpo Rinpochee 8

DE WERELD DER MAHASIDDHA'S
door Marijke Drost 14

INTERVIEW MET ALEX BERZIN
door April Elzenga 15

TIBETNIEUWS
door Paula de Wijs en Alex de Haan 18

INTERVIEW MET NOORTJE TOETENEL
door Koosje van de Kolk 20

LAMA OSEL RINPOCHEE 11 JAAR
door Paula de Wijs-Koolkin 27

VERSCHIJNSELEN VANUIT DE LEEGTE
door Sander Tideman 28

VERZOEKEN OM UW GEBEDEN 29

DIVERSE OPROEPEN 30

OVERZICHT GEBEDSDIENSTEN 34

ALGEMENE CURSUSINFORMATIE 35

PROGRAMMA 1996 36

LEZINGEN IN HET LAND 42

INFO MAITREYA INSTITUUT 43

©

Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: (0578) 66 14 50

VOORWOORD

Inmiddels weet u allemaal dat het Maitreya Instituut voortaan als kerkgenootschap geregistreerd staat. Voor u houdt dat ondermeer in dat u lid/abonnee genoemd wordt. Zie voor de details het artikel "Dharmanomics" van onze penningmeester in het vorige magazine blz 31. Voor meer informatie kunt u bellen tijdens de gewijzigde kantooruren zondag t/m vrijdag van 9.00 uur tot 16.00 uur. Alleen op zaterdag zijn kantoor en winkel gesloten.

Het een en ander heeft tot gevolg dat betalingen dienen te geschieden op de nieuwe rekeningnummers van het Kerkgenootschap Maitreya Instituut. Voor betalingen aan de winkel en groothandel ontvangt u eerst een faktuur met acceptgirokaart, met het juiste rekeningnummer. Voor de betaling van uw lidmaatschap\abonnement Maitreya Magazine 1996 is voor uw gemak een acceptgirokaart ingesloten.

In dit nummer introduceren wij Alex Berzin, de uit Amerika afkomstige tolk/vertaler die al jarenlang het boeddhisme overal ter wereld presenteert. Alex is niet alleen zeer geleerd, maar ook een oprecht beoefenaar van het Tibetaans boeddhisme. In een interview maakt u kennis met Mevrouw E. Toetenel, voor kenners 'Noortje', die door een nog immer groeiend aantal Tibetaanse vluchtelingen, monniken en leken, 'Ama' (moeder) wordt genoemd. U zult begrijpen waarom. In het programma overzicht ziet u verder hoe wij de leegte die dreigde te ontstaan door de tijdelijke afwezigheid van onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, volledig hebben opgevuld. Andy Weber houdt weer een lange thanka schilder cursus, waarna in chronologische volgorde Alex Berzin, Lama Dagpo Rinpochee en Thubten Pende hun Dharmakennis met ons zullen delen. Wij zijn hen dankbaar voor hun medewerking waardoor dit zomerseizoen weer een rijk Dharmaseizoen zal kunnen worden. Doet u mee?

Uw eindredacteur, Hans van den Bogaert.

BRONZEN BEELD VAN MAITREYA IN BODHGAYA, INDIA ZAL VREDE EN GELUK BRENGEN IN DE HELE WERELD

Jan Paul Kool

Lama Thubten Zopa Rinpochee

In Bodhgaya, India, de plaats waar de historische Boeddha Sakyamoenie de verlichting bereikte, zal een groot beeld gebouwd worden van de toekomstige Boeddha Maitreya. Dit grootse project in een der armste staten van India wordt tot stand gebracht door de F.P.M.T., naar de wens van de grondlegger, wijlen Lama Thubten Yeshe. Dankzij de inspiratie van Lama Thubten Zopa Rinpochee en de enorme inspanningen van onder meer de Nederlandse monnik Marcel Bertels, de huidige voorzitter van het project en van de vroegere voorzitters Gabriel Forrer, (nu directeur van het Root Instituut) en professor L.P. Singh, (een groot steuner van dit project), is het gelukt om 24 acres land aan te kopen en te registreren, waarop het beeld gebouwd kan worden. Er wordt nog onderhandeld over meer land. De grond is inmiddels gelijkgemaakt en omwald met een beschermende muur. Er worden bomen aangeplant.

Van 20 tot 22 maart 1996 zullen er ceremoniën plaatsvinden om de grond in te wijden (zie ook onderstaande uitnodiging).

DE LAMA'S OVER MAITREYA BOEDDHA

Liefde is het echte atoomwapen dat in staat is om alle externe en interne vijanden te vernietigen net als de Boeddha van liefde, Maitreya, dat doet. Mogen ook wij deze grootse staat van gelijkmoedigheid bereiken, waarin neurotische vrienden, neurotische vijanden en neurotische vreemden niet meer be staan."
Lama Thubten Yeshe.

"In de wereld van vandaag zijn gewelddadigheden, oorlogen, moorden, de opkomst van nieuwe ziekten, hongersnood en aardbevingen aan de orde van de dag. Ook nemen mentale en fysieke problemen hand over hand toe. Omdat alles uit het bewustzijn voortkomt en het bewustzijn zo in beslag genomen is door begeerte, haat en jaloezie, is er een grote behoefte om universele liefdevolle vriendelijkheid te ontwikkelen, die al dit soort problemen kan doen verdwijnen en veel geluk en vrede kan brengen, niet alleen op deze aarde, maar in het hele universum. Aangezien de Boeddha Maitreya de vertegenwoordiger is van de Liefde van alle Boeddha's, kan het bouwen van het beeld van Boeddha Maitreya een weldadige invloed hebben op alle voelende wezens."
Lama Thubten Zopa Rinpochee.

Om de oorzaken van problemen te stoppen, moet ieder individu veranderingen teweegbrengen in zijn eigen bewustzijn d.w.z. in zijn houding en activiteiten.

HET BELANG VAN DIT PROJECT DOOR LAMA THUBTEN ZOPA RINPOCHEE

Er is een reden waarom we een groot beeld (tien verdiepingen) bouwen van de toekomstige boeddha Maitreya. Ik begrijp dat er algemene bezorgdheid bestaat over de vele mensen die overal ter wereld de hongerdood sterven. Natuurlijk is de meest ideale situatie als we zowel de hongerigen helpen als de bouw van het Maitreyabeeld ondersteunen. Als iemand die capaciteiten heeft, is dat zeker het beste. Mijn punt is echter, dat het geven van voedsel alleen de houding van hongerigen niet zal veranderen. Het zal hun geest niet in Dharma transformeren. Het zal hen niet helpen om onwetendheid, afkeer en gehechtheid op te geven. Het zal hen niet helpen een goed hart, de verlichtingsgeest te ontwikkelen, zodat al hun activiteiten oorzaken kunnen worden voor zowel tijdelijk geluk als het hogere geluk van bevrijding en volledige verlichting.

Zelfs wanneer we alle wezens, die aan honger dreigen te sterven een miljoen dollar zouden geven, dan nog zouden ze waarschijnlijk vele andere problemen krijgen. Welliswaar heeft een arme problemen, maar een rijke heeft dat ook. Welvaart kan ook heel veel problemen opleveren. We kunnen bijvoorbeeld door onze toegenomen macht op materieel niveau, anderen schade berokkenen. Zo kunnen we inzien, dat ook welvaart vele tekortkomingen heeft.

In werkelijkheid lost het geven van enkel geld of voedsel de problemen van de armen niet op. Dat alleen verandert hun geest en hun acties niet. Het weerhoudt hen er niet van opnieuw negatief karma te creëren. Aangezien hun geest voortdurend de impulsen van onwetendheid, woede en gehechtheid volgt, creëren ze steeds opnieuw oorzaken voor armoede. Aangezien ze geen poging doen om met de Dharma in aanraking te komen, hebben ze geen kans om heilzame activiteiten te verzamelen.

Geboren worden in een land als Somalië is het resultaat van schadelijke activiteiten. Dat is heel duidelijk. Als we in de Soetra's en de samenvattende Lam Rim lessen het onderwerp karma bestuderen, kunnen we heel duidelijk de oorzaken van alle wereldproblemen herkennen. De werkelijke oplossing voor problemen zal uit het individu moeten komen. Om de oorzaken van problemen te stoppen, moet ieder individu veranderingen teweeg brengen in zijn eigen bewustzijn, dat wil zeggen, in zijn houding en activiteiten. Met een positieve geest en heilzame activiteiten zullen ze succes boeken.

Als we lezen en mediteren over karma, zoals de Boeddha dat heeft uitgelegd, kunnen we begrijpen dat we alle vier soorten gevolgen voor geluk kunnen bereiken door de tien schadelijke activiteiten op te geven en de gelofte op ons te nemen ons te weerhouden van elk van deze tien schadelijke activiteiten. Om een voorbeeld te noemen: door het beoefenen van de morele zelfdiscipline van het niet doden, zullen we het gevolg overeenkomstig de oorzaak ervaren; een geboorte als mens met een lang en gezond leven. Daarin zullen we opnieuw de gelegen heid hebben om morele zelfdiscipline te beoefenen, waarmee we weer oorzaken creëren voor het ervaren van de vier fortuinlijke resultaten in leven na leven tot in vele honderdduizenden volgende levens.

Waarom zullen we de gevolgen ervan zovele levens lang opnieuw ervaren? Omdat karma de neiging heeft toe te nemen. Veel meer nog dan gewone fenomenen. Eén klein zaadje kan uitgroeien tot een enorme boom met vele takken, bladeren, bloemen en vruchten. Maar karma vermenigvuldigt zich in veel sterkere mate. De innerlijke evolutie van goede gevolgen, die plaatsvindt als reactie op een goede daad is veel uitgebreider dan welk voorbeeld uit de uiterlijke wereld dan ook. Dit geldt tevens voor schadelijke daden.
In het onderricht staat dat het geluk van voelende wezens af-

Koosje van de Kolk

Maitreya Boeddha

hangt van de Leer. En dat het bestaan van de Leer afhangt van het bestaan van heilige objecten. Waarom? Omdat de aanwezigheid van heilige objecten als beelden, stoepa's, geschriften enz. voelende wezens in de gelegenheid stelt om offergaven aan te bieden en zo heilzame activiteiten of goed karma te verzamelen. Door deze verdiensten zijn ze in staat het onderricht over de paden te begrijpen en de betekenis ervan te verwerkelijken.

Zelfs tijdelijk geluk komt voort uit goed karma. Een manier om heilzame energie te verzamelen, is door offergaven aan te bieden aan heilige objecten. Een andere manier is door middel van liefdevolle vriendelijkheid, mededogen, vrijgevigheid en dergelijke in relatie tot de voelende wezens. Maar om werkelijk liefdevolle vriendelijkheid, het grote mededogen en de verlichtingsgeest te ontwikkelen, hebben we opnieuw gelegenheden nodig om verdiensten te verzamelen. Ook om anderen te kunnen helpen, hebben we veel verdiensten nodig. Om uitgebreide heilzame energie te creëren in relatie tot voelende wezens hebben we een goed hart nodig. En een goed hart ontstaat wederom op basis van verdiensten.

Door offergaven aan te bieden aan de Drie Juwelen, kunnen we op een gemakkelijke manier verdiensten verzamelen. Daarbij maakt het zelfs niet uit, of we wel of niet een heilzame motivatie hebben. Hier is sprake van een uitzonderlijke situatie, wegens de kracht van het object. Iedere activiteit, het doen van neerbuigingen, het aanbieden van offergaven of welke activiteit dan ook, in relatie tot het heilzame object, de Boeddha, wordt een oorzaak voor de verlichting, het grootste succes, het hoogste geluk. Dit betekent dat zelfs de kleinste offerande die aan de Drie Juwelen aangeboden wordt, ons in staat stelt om ieder levend wezen naar de verlichting te leiden. Hier spreken we niet slechts van de mogelijkheid alle wezens te voeden of geld te geven. Hier hebben we het over de mogelijkheid om iedereen naar het hoogste geluk te voeren, waar alle fouten in de geest zijn gestopt en alle realisaties zijn voltooid.

Als we willen dat onze vrijgevigheid een oorzaak wordt om de verlichting te bereiken, dan moeten we er wel voor zorgen, dat we altruïstisch gemotiveerd zijn met de verlichtingsgeest. Alleen dan zal het geven aan de wezens ons in staat stellen een perfecte gids te worden en ieder ander naar het hoogste geluk van de volmaakte verlichting te voeren. Alleen als we gedreven worden door die motivatie wordt het helpen van anderen ook een oorzaak voor de verlichting. Daarom moeten we ons krachtig inspannen om een zuivere motivatie op te wekken. Als we een mens of een dier voedsel geven helpen we hen misschien overleven, maar dit betekent niet dat onze actie automatisch goed karma wordt, de oorzaak voor geluk.

Een ander punt is dat beelden manifestaties van de Boeddha zijn die, omdat we niet het karma hebben om de Boeddha's direct te zien, voelende wezens in de gelegenheid stellen verdienste te verzamelen. Net zoals we ons voorstellen dat een bepaalde leraar de reïncarnatie is van een specifieke verlichte figuur, zo zijn deze beelden manifestaties in Nirmanakaya en Sambhogakaya vorm van de Boeddha. Sommige mensen zijn in staat deze aspecten ook te zien. We kunnen het zo zien, dat er zich verschillende vormen manifesteren, in overeenstemming met het individuele karma. Aangezien we de werkelijke Boeddha niet kunnen zien, manifesteert de Boeddha zich in deze beelden. We hebben wel het karma om deze beelden te kunnen zien.

Door offergaven aan te bieden aan de Drie Juwelen, kunnen we op een gemakkelijke manier verdiensten verzamelen.

Dankzij deze heilige objecten, die we wel kunnen zien, wordt het gemakkelijker om verdiensten te verzamelen. Daardoor zijn we weer in staat om het onderricht te begrijpen en de betekenis van het pad te verwerkelijken. Dit is hoe wij, voelende wezens, het tijdelijke succes kunnen bereiken, dat wil zeggen; vrij zijn van problemen als armoede, ziekte enzovoort. Als we het karma en de verstorende emoties volledig stoppen, kunnen we een staat bereiken, waarin we helemaal nooit meer lijden hoeven te ervaren en zelfs hoger dan dat, de verlichting kunnen bereiken.

Laten we het boeddhabeeld wat zich in de Mahabodhistoepa in Bodhgaya bevindt eens als voorbeeld nemen. Iedere dag komen er honderden mensen om dit beeld te zien. Zelfs vele arme Indiase dorpelingen komen er om een munt aan de Boeddha te offeren. Iedere keer als een van die dorpelingen het boeddhabeeld ziet, helpt dat hem om hun verduisteringen en negatieve karma te zuiveren. Zelfs al weten ze niets over het goede karma wat ze creëren, als ze daar hun handen vouwen in eerbied voor de Boeddha, wordt dat onmiddellijk een oorzaak voor de verlichting. Het voert hen naar de verlichting.

Er is geen betere manier om realisaties te bereiken, dan het verzamelen van verdienste in relatie tot heilige objecten. Het mediteren op de woorden van de Dharma kan de geest niet veranderen, zolang het goede karma ontbreekt. Dat is als het planten van zaad in droge aarde en verwachten dat het zal ontspruiten zonder dat de noodzakelijke voorwaarden als water en mineralen aanwezig zijn. Dat zal niet gebeuren. De Dharma die wordt geleerd, blijft in het hoofd en daalt niet af in het hart.

In de Soetra's staat, dat zelfs als we met woede naar een muurschildering van de Boeddha kijken, we toch in de toekomst honderdduizend boeddha's zullen zien. Het zien van een tekening van een boeddha geeft ons de kans om zo ongelooflijk veel obstakels en negatief karma te zuiveren, dat het er de oorzaak van wordt, dat we vroeger of later vele boeddha's zullen ontmoeten, bij ze zullen zijn, onderricht van hen zullen ontvangen en uiteindelijk verlicht zullen worden.

De heilzame invloed van heilige objecten is eindeloos. Het voordeel wat ieder voelend wezen erdoor ontvangt is eindeloos. Aangezien het al heilzaam is als iemand met woede of anti-religieuze gevoelens naar een boeddhabeeld kijkt, hoeven we al helemaal niet te twijfelen over de voordelen van het maken van rondgangen of het doen van gebeden in aanwezigheid van boeddhabeelden. Dus als we er nog een heilig object bij creëren, of dat nu een boeddhabeeld, een thanka of een stoepa is, dan betekent dat, dat er een extra oorzaak ontstaat ten aanzien waarvan we positieve energie kunnen creëren. Als er dan wezens zijn die offergaven of neerbuigingen aanbieden, terwijl ze aan alle heilige objecten in deze wereld denken, dan hebben we er voor elk van die wezens voor gezorgd dat er een oorzaak méér is om de verlichting te bereiken. Behalve dat we er zelf verdiensten mee verzamelen, creëren we ook voor anderen de oorzaak om goed karma te verzamelen. Hoe meer heilige objecten we maken des te meer oorzaken voor goed karma er ontstaan. Dit is de manier waarop we ze kunnen gidsen naar het beëindigen van lijden en de oorzaken van lijden, de verduisteringen, waaruit alle honger, dorst, armoede enz. voortkomen. Door meer heilige objecten te maken en ande-

Een andere manier om heilzame energie te verzamelen is door liefdevolle vriendelijkheid, mededogen, vrijgevigheid e.d. in relatie tot de voelende wezens.

ren te helpen goed karma te verzamelen, kunnen we ze naar de hoogste verlichting leiden.

Ik vind het zelf ongelooflijk hoe al die honderden Indiase dorpelingen zoveel heilzame indrukken opdoen, simpelweg door naar de boeddhabeelden in de tempels en kloosters in Bodhgaya te komen kijken. Duizenden mensen zijn zo

Het beeld zal uiteindelijk ten goede komen aan alle voelende wezens.

in staat om naast het creëren van oorzaken voor tijdelijk geluk, de oorzaak te creëren voor de verlichting. Hoe groter het beeld, des te meer mensen en dieren het kunnen zien - meer vogels, meer apen, meer honden, meer 'indjies' (westerlingen).

Zelfs al zouden we alle Somaliërs morgen nog voedsel geven, dan nog zullen er zovele mensen in andere landen zijn, met hetzelfde probleem, die ook de hongerdood sterven. Zo gaat het maar voort...Nu kun je zeggen: "Ja, ik kan begrijpen dat het beeld een weldaad is voor diegenen die ernaar komen kijken, maar hoe zit het dan met al die stervenden, in de wereld die niet in de gelegenheid zijn om het beeld te zien?" Mijn antwoord op die vraag is "Het beeld zal uiteindelijk ten goede komen aan alle voelende wezens."

Door: Lama Thubten Zopa Rinpochee.
Uit: Mandala April 1993.
Vertaling: Koosje van de Kolk.

UITNODIGING

Namens de Nederlandse monnik Marcel Bertels, directeur van het Maitreya beeld project [GPO box 1981 Kathmandu, Nepal tel (977) (1) 413760, 413882 Fax: (977) (1) 416124, 410992 E-mail mait@panasia.mos.com.np].

Aan alle leden van het Maitreya Instituut, en alle supporters en weldoeners van het Maitreya beeld project,
U bent bij deze uitgenodigd om deel te nemen aan de drie-daagse festiviteiten en poedja's op de heilige grond van Bodhgaya, India.

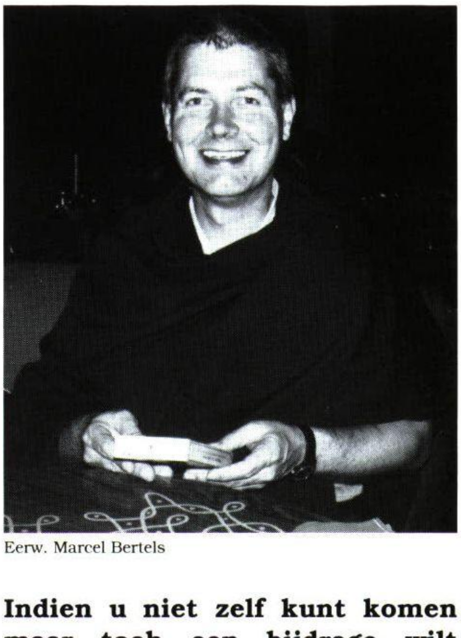
Deze omvatten het zegenen van het land waar het Maitreya Boeddha beeld zal komen te staan en de ceremonie om de grond te breken. De feestelijkheden zullen worden bijgewoond door Lama Thubten Zopa Rinpochee, Lama Thubten Ösel Rinpochee, ca. 200 hoge Lama's en monniken en een grote groep genodigden, waaronder vele hoogwaardigheidsbekleders en vertegenwoordigers van de Indiase regering. Ook zullen er bezoekers en supporters komen vanuit alle delen van de wereld. Er is een uitnodiging uitgegaan naar Zijne Heiligheid de Dalai Lama.

HET PROGRAMMA

20 maart:
De hele dag door zullen er vele verschillende poedja's worden gehouden. Verder zullen er welkomsspeeches zijn en er zal een gedenkplaat worden onthuld door Lama Thubten Ösel Rinpochee, tesamen met een eregast. Ook is er tijd ingeruimd voor een voorspoedbrengende activiteit, uitgevoerd door Zijne Heiligheid de Dalai Lama, in geval hij in de gelegenheid is de ceremoniën bij te wonen.

21 maart:
De poedja die gehouden wordt in de ochtend, zal worden gevolgd door een opvoering van Chamdansen door monniken van het Kopan Klooster en een opvoering over het leven van Atisha, door het Indo-Tibetaans Instituut van Kampong. In de middag is er een bijeenkomst voor alle supporters van het Maitreyabeeld project. Des avonds wordt er een grote Maitreya poedja gehouden met duizenden offergaven, die zal worden geleid door alle hoge lama's van de Mahabodhistoepa.

22 maart:
Onder leiding van Lama Thubten Zopa Rinpochee en Lama Thubten Ösel Rinpochee wordt een pelgrimstocht gehouden naar de gierenberg te Rajgir, waar een meditatie zal worden opgevolgd door het reciteren van de Hartsoetra. Vervolgens is er een picnic, waarna het beroemde Nalanda Klooster, wat er vlak in de buurt ligt, zal worden bezocht.


Jan Paul Kool

Eerw. Marcel Bertels

Indien u niet zelf kunt komen maar toch een bijdrage wilt leveren kunt u een donatie overmaken op: Postbank nr: 6901668 of ING Bank Epe nr: 65.70.24.481 ten name van Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst, onder vermelding van: Donatie MAITREYA-BEELD.

HET BOEDDHA POTENTIEEL

Het volgende artikel is een bewerking van een lezing over het boeddha-potentieel, die in 1985 in het Maitreya Instituut werd gehouden door de Tibetaanse Lama Dagpo Rinpochee Jampa Gyatso. Dagpo Rinpochee is één van de grootste levende meesters van deze tijd en heeft al sinds 1983, toen hij voor het eerst in Nederland onderricht gaf, een sterke band met ons centrum. Bijna jaarlijks schonk Rinpochee ons in het Maitreya Instituut zijn kennis en inspiratie en hielp ons zo met het werk voor het behoud van de Boeddha Dharma in de FPMT onder de leiding van Lama Thubten Zopa Rinpochee.

Het boeddha potentieel is datgene wat verandert in het boeddhaschap of datgene wat het mogelijk maakt het boeddaschap te bereiken. De Boeddha heeft gezegd dat alle wezens die bewustzijn hebben, daarmee tevens de essentie hebben van het boedhaschap, het potentieel om boeddha te worden. Omdat niet iedereen er aan toe was om dit onderricht te ontvangen, heeft hij dit onderricht aan bepaalde mensen gegeven. In het algemeen, wanneer we een ladder opklimmen, moeten we bij de onderste trede beginnen en geleidelijk omhoog werken. Als we een sprong maken en proberen om ineens boven op die ladder te komen, dan zullen we hoogst waarschijnlijk met onze neus op de onderste sport belanden. Daarom heeft de Boeddha verschillende niveaus of stadia onderwezen van het spirituele pad, die in een bepaalde volgorde moeten worden gevolgd. Zo heeft hij aan sommige wezens bepaalde leringen gegeven en aan andere wezens weer andere leringen, die beter passen bij de aanleg van de betreffende personen.

Voor mensen met minder intelligentie heeft hij eerst de gemakkelijk te begrijpen dingen uitgelegd. Voor mensen met meer intelligentie heeft hij ook eerst de makkelijke dingen uitgelegd, omdat wanneer je eerst de makkelijke dingen begrijpt, het gemakkelijker wordt om ook de moeilijker dingen te begrijpen.
Boeddha heeft drie verschillende secties van onderricht gegeven of hij heeft zoals gezegd wordt drie keer het wiel van de Dharma in beweging gezet op drie verschillende plaatsen.

In die drie secties van onderricht heeft de Boeddha vier verschillende filosofische standpunten onderwezen; de Vaibhasika-, Sautrantika-, Chittamatrin- en Madhyamika filosofie. Er is geen echte tegenstelling tussen deze filosofieën. Het verschil wordt aangegeven in termen van meer en minder diepzinnig. Oorspronkelijk heeft de Boeddha steeds zijn volgelingen onderricht gegeven in overeenstemming met hun specifieke aanleg. Deze verschillende leringen werden later pas gegroepeerd onder de naam van een bepaalde filosofische school.

VAIBHASIKA

Voor mensen met aanleg voor de Vaibhasika filosofie, sprak de Boeddha niet over de Boeddhanatuur of het Boeddha-potentieel, maar over de mentale factor onthechting als oorzaak van spirituele ontwikkeling. Als de Boeddha aan deze volgelingen over de leegte van inherent bestaan had gesproken, dan hadden zij dat waarschijnlijk niet of verkeerd begrepen. Daarom heeft hij iets gekozen dat overeenstemde met hun aanleg; onthechting als de oorzaak voor de ontwikkeling van de zuiverheid van het arhatschap. Onthechting is verder uitgewerkt in vier onderwerpen. Op de eerste plaats onthechting aan kleding, specifiek de monnikspij, die in het geval van de Vaibhasika's ook nu meestal nog gemaakt wordt van oude lapjes. Op de tweede plaats onthechting aan de verblijfplaats; dus niet gehecht zijn aan een comfortabele of mooie woonplaats. Op de derde plaats onthechting aan het voedsel; tevreden zijn met hetgeen het lichaam nodig heeft en niet meer. Het opgeven van negativiteit en het gewennen aan positieve activiteiten is de vierde vorm van onthechting. De eerste drie van deze vier soorten onthechting zijn de voorbereiding en de vierde onthechting is de feitelijke methode voor het bereiken van zuiverheid.

Onthechting is voor ons belangrijk omdat we allemaal vastzitten in de kringloop van geconditioneerd bestaan; samsara. Als we daadwerkelijk de Dharma willen beoefenen, dan moeten we er voor zorgen dat onze gehechtheid aan deze drie dingen afneemt.

We moeten hier niet de fout ingaan door te denken dat we niet moeten eten en slechte of oude gescheurde kleding moeten dragen. Dat heeft de Boeddha beslist niet bedoeld. De kunst is om niet in extremen of uitersten te vervallen. Dat wil zeggen dat we geen extreem goede kleding dragen, maar ook niet extreem slechte, dat we niet naar extreem goed of lekker voedsel verlangen, maar ook geen slecht of smakeloos voedsel eten. We proberen de middenweg te volgen. Wanneer we ons als beginners te buiten gaan aan één van deze twee uitersten, kunnen we de Dharma niet beoefenen. Iemand die gehecht is aan extreem goed en lekker eten en dure kleding, zal erg hard moeten werken om dat te kunnen betalen. Op die manier zal hij weinig tijd overhouden voor studie en meditatie en zal hij bovendien erg onrustig

Rio Helmi

Lama Dagpo Rinpochee

met het opgeven van verstorende houdingen. Dit is de juiste volgorde en de correcte manier van beoefenen.

Het begrip onthechting houdt in feite bijzonder veel in. Alle stadia van het pad naar de verlichting, de gehele Lam Rim, zijn in dit begrip onthechting vervat. Als we onthecht zijn aan dit leven, dan hebben we daarmee de beginnersmotivatie. Als we niet alleen onthecht zijn aan dit leven maar ons bovendien onthechten aan het totaal van geconditioneerd bestaan, dan hebben we daarmee de tussenliggende motivatie. Als we onthecht zijn aan ons eigen belang en vooral werken voor anderen, dan hebben we de Mahayana motivatie. Zo zien we dus dat deze drie niveaus van motivatie die achtereenvolgens ontwikkeld worden via de stadia van het pad naar de verlichting, besloten worden in het begrip onthechting.

Daarmee houdt het nog niet op. Als we bovendien onthecht zijn aan de dingen zoals ze zich aan ons voordoen, aan de uiterlijke verschijning van de dingen, dan kunnen we tantrayana beoefenen.

zijn. Iemand die ontevreden of onrustig is, zal niet kunnen mediteren.

Iemand die in het andere extreem vervalt en extreem slecht gaat eten, zal zijn of haar lichaam daarmee verzwakken en geen kracht meer hebben om te studeren en te mediteren. Daarom heeft de Boeddha gezegd dat we alle extremen moeten proberen te voorkomen en de middenweg bewandelen.

Als we erin slagen om deze drie vormen van gehechtheid te verzwakken, dan kunnen we de verschillende Dharma-beoefeningen doen. Dan zullen we de kracht vinden om onze verstorende houdingen op te geven en onszelf te zuiveren van onze negatieve karmische indrukken en mentale verduisteringen.

Het letten op onze gehechtheid en het afzwakken ervan zodra die gehechtheid in onze geest opkomt, is een zekere voorbereiding. Daarna kunnen we ons bezighouden met de vierde onthechting; de feitelijke methoden van Dharma-beoefening. Zolang we nog bijzonder gehecht zijn aan voedsel, kleding en verblijfplaats, zullen we niet aan de vierde onthechting toekomen. Naarmate we meer onthecht worden aan deze drie dingen, des te fijner zullen we het vinden om te mediteren en des te fijner zullen we het vinden ons bezig te houden

Zo kunnen we op deze mentale factor onthechting het totaal van het onderricht van de Boeddha plaatsen. We kunnen deze term onthechting in verband brengen met alles wat de Boeddha ooit gezegd heeft.Alles wat de Boeddha heeft onderwezen is een methode voor het bereiken van het geluk van bevrijding en boeddhaschap.

In feite is de gehechtheid aan inherent bestaan de oorzaak van onze geconditioneerdheid in het cyclische bestaan. Juist doordat we vasthouden aan een inherent zelf en aan de verschijnselen om ons heen, als waren ze "van mij", ontstaan al onze problemen en zijn we tot nu toe nog nooit bevrijd van het cyclische bestaan.

We maken ons los van de kringloop van geconditioneerd bestaan met de vierde vorm van onthechting, de echte methode. Daarom is het zo belangrijk dat we goed inzien wat de oorzaak of het potentieel is volgens de Vaibhasika-filosofie en dat we ons inspannen om deze oorzaak van onze geestelijke ontwikkeling te beoefenen. Een enkele meditatiezitting is niet voldoende om totaal onthecht te worden als we vandaag nog bijzonder gehecht zijn. Onze geestelijke ontwikkeling is een geleidelijk proces.

Hoewel we in het algemeen niet onmiddellijk alle verstorende emoties zullen kunnen uitroeien, zullen de verstorende emoties steeds minder krachtig worden, naarmate we onszelf aanleren om logisch na te denken over wat er in onze geest gebeurt.

SAUTRANTIKA

Volgens de Sautrantika is niet de mentale factor onthechting van de Vaibhashikas de oorzaak van spirituele groei, maar een zaadindruk of een mentale indruk in de bewustzijnsstroom. De Sautrantikas, die qua filosofie al iets verder ontwikkeld zijn dan de Vaibhasikas, houden vol dat de oorzaak of het potentieel dat ontwikkeling mogelijk maakt, een indruk op de geest is, een zuivere kern in de vorm van een indruk. Het is dus niet de geest zelf of een mentale factor maar een krachtige indruk op de geest die ontwikkeling mogelijk maakt.

De Sautrantika's beweren dat de oorzaak dat wij vastzitten in de kringloop van geconditioneerd bestaan, het vasthouden aan het zelf is. Het vasthouden aan het zelf is lijnrecht tegengesteld aan de zuivere kern van de geest die ontwikkeling mogelijk maakt. Door het opheffen van het vasthouden aan het zelf, kan de zuivere kern van de geest ontwikkelen.

De Sautrantrika's poneren de stelling dat de zuivere kern van de geest als het ware bedekt is of verborgen zit onder alle verstorende emoties, die voortkomen uit het vasthouden aan het zelf. Naarmate we ons ontdoen van die foutieve neiging om vast te houden aan het zelf, zullen de verstorende emoties afnemen en zal de zuivere kern van de geest minder worden bedekt door deze verduisteringen.

In feite is de gehechtheid aan inherent bestaan de oorzaak van onze geconditioneerdheid in het cyclische bestaan.

De Vaibhasika-school en Sautrantika-school zijn de twee scholen van het Hinayana, het Bescheiden Voertuig. De twee scholen van het Mahayana zijn de Chittamatrin en de Madhyamika.

We kunnen hier heel gemakkelijk een grote fout maken door het Hinayana gelijk te schakelen aan diegenen die de filosofie van het Hinayana aanhangen en het Mahayana gelijk te schakelen aan de filosofie van het Mahayana. Er is echter een wezenlijk verschil tussen het Hinayana als voertuig en de filosofie van het Hinayana en het Mahayana als voertuig en de filosofie van het Mahayana.

Bij de indeling in filosofische scholen gaat het alleen over een verschil in zienswijze, een verschil in opvatting. Het onderscheid in voertuig wordt gemaakt op de basis van verschillende methoden die worden gebruikt.

Het verschil tussen Mahayana en Hinayana ligt in de methode. De methode voor het Mahayana is op de eerste plaats de verlichte motivatie, de verlichtingsgeest. Iemand wordt een beoefenaar van het Mahayana en volgt het Grote Voertuig als hij of zij de verlichtingsgeest heeft ontwikkeld en als die op de verlichting gerichte geest een onderdeel van de eigen geest is geworden. Iemand die daarentegen voornamelijk werkt om zichzelf te ontwikkelen en om zichzelf uit de kringloop van geconditioneerd bestaan te bevrijden, is een volgeling van het Hinayana of het Bescheiden Voertuig.

Als we dit op onszelf betrekken en kijken waar we zelf in deze indeling zitten, dan zijn we in eerste instantie geneigd onszelf Mahayanist te noemen, maar als we de verlichtingsgeest nog niet echt hebben, zolang we nog bezig zijn om op kunstmatige manieren die verlichte motivatie in onszelf op te wekken, zijn we nog geen echte Mahayanist.

Hetzelfde geldt voor het Hinayana. Dat wil zeggen dat al diegenen die bezig zijn met de methoden om de drang naar bevrijding te ontwikkelen, maar in wie die drang naar bevrijding nog geen spontaan aanwezige factor is, nog geen echte Hinayanist zijn.

CHITTAMATRIN

In het algemeen worden drie voertuigen onderscheiden; het Shravakayana, Pratyekayana en het Bodhisattvayana. De Chittamatrins verkondigen dat als we een aanleg hebben, we noodzakelijk

voor één van deze drie voertuigen aanleg hebben. Dat houdt in dat we onze geest door middel van één van deze drie voertuigen kunnen ontwikkelen. We hebben ofwel aanleg voor de twee voertuigen van het Hinayana, het Shravaka- en Pratyekayana, of we hebben aanleg voor het Bodhisattvayana, het Mahayana.

Binnen de Chittamatrin filosofie zijn twee sub-scholen: de Chittamatrins die zich baseren op de geschriften en de Chittamatrins die een beroep doen op logica. De Chittamatrins die zich baseren op de geschriften verkondigen dat niet iedereen het potentieel heeft om te ontwikkelen en dat degenen die wel het potentieel hebben om te ontwikkelen, ook het boeddhaschap kunnen bereiken. Dat houdt in dat er wezens zouden zijn die niet in staat zijn zich te ontwikkelen via één van deze drie voertuigen, ook al zouden ze luisteren naar het zuivere Dharma-onderricht. Dat wil tevens zeggen dat ze noch de drang naar bevrijding, noch het grote mededogen in zichzelf kunnen ontwikkelen.

De Chittamatrins die zich baseren op logica zijn het totaal oneens met de Chittamatrins die zich baseren op de geschriften. Zij beweren dat de verduistering van de zuivere natuur van de geest noodzakelijk tijdelijk is. Die verduistering is niet inherent één met de geest en kan daarom verwijderd worden. Als dat zo is, dan moet dat in alle gevallen zo zijn en is het onzinnig om te verkondigen dat de verduistering in sommige gevallen een intrinsiek onderdeel is van de geest, waardoor zulke mensen zich niet kunnen ontwikkelen. Er is geen enkele reden waarom die verduistering bij sommige mensen geen deel uitmaakt van de geest, maar iets oppervlakkigs is dat verwijderd kan worden en bij andere mensen wel een intrinsiek onderdeel is van de geest dat niet verwijderd kan worden.
De Chittamatrins die zich baseren op logica, verkondigen dat de verduisteringen van de zuivere kern van de geest tijdelijk zijn, omdat ze geen deel uitmaken van de geest zelf en omdat ze verwijderd kunnen worden. Bovendien zijn er methoden waarmee die verduisteringen verwijderd kunnen worden.
Zij geven vijf redenen aan waarom het mogelijk is dat iedereen het boeddhaschap kan bereiken. Die vijf redenen zijn:

- De verduisteringen van de geest zijn tijdelijk, want ze kunnen verwijderd worden.
- Er zijn methoden waarmee dat gedaan kan worden.
- Er zijn leraren die deze methoden kennen.
- Er zijn leraren die deze methoden onderwijzen.
- Als we interesse hebben kunnen we deze methoden beoefenen.

Met deze vijf redenen wordt door middel van logische redenering bewezen dat het voor iedereen mogelijk is om het boeddhaschap te bereiken. Hieruit volgt wel onmiddellijk dat er in plaats van drie voertuigen (Shravakayana, Pratyekayana en Bodhisattvayana) uiteindelijk maar één voertuig is, want uiteindelijk wordt iedereen boeddha.

De onderscheiding in de drie verschillende voertuigen is te danken aan de wijsheid van de Boeddha, die inzag dat mensen die een aanleg voor het Shravakayana hebben, kunnen schrikken als je hen vertelt over het Bodhisattva ideaal. Omdat ze dat ideaal niet aankunnen, worden ze ontmoedigd. Daarom kregen de Shravaka volgelingen onderricht wat bij hen past. Door het onderricht dat beter bij hen past worden ze niet ontmoedigd en spannen zij zich in om zichzelf te ontwikkelen. Dankzij hun ontwikkeling zijn ze op een gegeven moment zo moedig dat ze het Mahayana wel aankunnen.

Het boeddhisme benadrukt dat we niet de verkeerde leer aan de verkeerde leerlingen mogen geven, maar het onderricht altijd dienen af te stemmen op de capaciteiten van degenen die het ontvangen. Het is in de Bodhisattvagelofte zelfs uitdrukkelijk verboden om de leegte te onderwijzen aan mensen die daar (nog) niet rijp voor zijn. Door dat toch te doen maakt de bodhisattva een zware overtreding. Volgens de Chittamatrin opvatting wordt de zuivere kern van de geest, welke een mentale indruk is, onderscheiden in een van nature aanwezige aanleg en een te ontwikkelen aanleg. Er is geen verschil tussen die twee, behalve dan dat in het eerste geval de aanleg aanwezig is en nog niet geactiveerd, terwijl dezelfde aanleg eenmaal geactiveerd, in een te ontwikkelen aanleg verandert.

MADHYAMIKA

Door het opheffen van het vasthouden aan het zelf, kan de zuivere kern van de geest ontwikkelen.

Hoewel de Boeddha aanvankelijk onderwees dat alles echt bestaat, maakte zijn leerlingen al snel vorderingen en daarmee steeg het intelligentiepijl van een groep van leerlingen op een gegeven moment zo hoog, dat hij kon onderwijzen dat er helemaal niets werkelijk bestaat. Daaruit moeten we begrijpen dat er helemaal niets inherent bestaat. Deze opvatting is de voornaamste leerstelling geworden van de Madhyamika-scholen van

filosofie. De Boeddha heeft gezegd dat alles afhankelijk is van oorzaken en omstandigheden, kortom van iets anders. Alles wat voor zijn bestaan afhankelijk is van iets anders kan niet echt of inherent bestaan. Dat is maar goed ook, want als al onze verstorende emoties echt, dat wil zeggen inherent zouden bestaan, dan zouden we ons daarvan nooit kunnen ontdoen. Als de geest inherent zou bestaan, dan zou hij nooit kunnen veranderen. Als alle goede eigenschappen inherent zouden bestaan, dan zou je ze of wel hebben of niet hebben en dan was er verder geen enkele mogelijkheid om daar iets aan te veranderen.

Onder de intelligente leerlingen die rijp waren voor het Madhyamika-onderricht bevonden zich ook weer mensen die net weer wat slimmer waren en anderen die iets minder begaafd waren en daarom zijn er twee soorten van Madhyamika-onderricht gegeven: de Svatantrika Madhyamika en de Prasangika Madhyamika. Alleen de allerbegaafste leerlingen ontvingen het onderricht dat later bekend zou worden als de Prasangika Madhyamika filosofie.

In de Prasangika Madhyamika ontkent de Boeddha het inherente bestaan van alles en daarmee ook het natuurlijke bestaan van alles, terwijl voor de Svatantrika Madhyamika filosofen als het ware een soort overgang werd geboden van Chittamatrin naar Prasangika. De Boeddha heeft tegen hen wel gezegd dat er niets op eigen kracht of door zichzelf bestaat, maar dat de dingen wel op een natuurlijke manier bestaan. Ze komen uit zichzelf voort of doen zich uit zichzelf aan ons voor. Dus hoewel er voor de Svatantrika Madhyamikas geen onafhankelijk bestaan is, is er wel een bestaan door de eigen natuur.

Alle verschijnselen zijn afhankelijk van iets anders om te kunnen functioneren en zelfs om te kunnen bestaan.

Dit is eigenlijk een heel logische gedachtengang want het onafhankelijke bestaan wordt ontkend, omdat alles bestaat in samenhang met andere factoren en omstandigheden. Iets dat afhankelijk is van andere factoren bestaat niet onafhankelijk of inherent. Tegelijkertijd bestaat het wel, omdat de basis van het verschijnsel dat wordt benoemd, kan worden aangewezen, aangeraakt, waargenomen en ontleed. Dat wil zeggen er is iets waar we het over hebben en dat "iets" is er echt. Oftewel, het is er of het is er niet en als het er is dan is het er echt. Daarom wordt in deze filosofische school, die eigenlijk misschien nog wel het meest voor de hand liggende is van allemaal, een onderscheid gemaakt tussen inherent bestaan en natuurlijk bestaan. Er wordt gezegd: de dingen bestaan niet inherent, niet onafhankelijk, maar ze bestaan wel vanuit hun eigen natuur, want je kunt ze zien, ruiken, proeven, aanraken enz.

Als we dit betrekken op het verschijnsel persoon en de persoon onderzoeken, dan zullen we de persoon zoeken op de basis van het verschijnsel persoon, dat wil zeggen het samenstelsel lichaam en geest (of de vijf aggregaten: vorm, gevoel, onderscheiding, samenstellende factoren en bewustzijn). Hoewel die basis dus wel degelijk aanwezig is en daarom echt bestaat of natuurlijk bestaat, zullen we de persoon als zodanig in die aggregaten nooit kunnen vinden.

Wanneer we de persoon op de basis van de fysieke en mentale processen - de vijf aggregaten - zoeken, dan wordt duidelijk dat de persoon niet het lichaam kan zijn, want het lichaam houdt op als we sterven. De persoon is ook niet één van die andere aggregaten, want die houden allemaal op als we sterven, behalve het bewustzijn. Het bewustzijn is van een vorig leven naar dit leven gekomen en gaat na het sterven door naar een volgend leven. Om deze reden en alleen om deze reden zeggen de Svatantrika Madhyamika filosofen dat de persoon het mentale bewustzijn is.

We zien dat de Svatantrika Madhyamika filosofen een oplossing gevonden hebben voor een probleem. Ze begrijpen dat de persoon niet werkelijk bestaat, maar hebben toch een echte basis voor de persoon gevonden in het mentale bewust zijn, dat volgens hen echt bestaat. Ditzelfde gaat volgens hun op voor alle verschijnselen.

De Prasangika Madhyamika filosofen verkondigen dat het onzinnig is om een onderscheid te maken tussen inherent bestaan en natuurlijk bestaan. Volgens hen is inherent bestaan synoniem aan natuurlijk bestaan, werkelijk bestaan, en vanuit zichzelf bestaan. Dus door de Prasangikas wordt elke vorm van werkelijk bestaan ontkend. De Prasangika Madhyamika filosofen zeggen dat alles dat afhankelijk is van iets anders, niet echt of inherent kan bestaan. Alle verschijnselen zijn afhankelijk van iets anders om te kunnen functioneren en zelfs om te kunnen bestaan.

Wat betreft de opvatting van de Madhyamika-filosofie over het boeddhapotentieel is er geen

verschil tussen de Svatantrika Madhyamika en de Prasangika Madhyamika. Het potentieel wordt beschreven als datgene dat ons in staat stelt om het boeddhaschap te bereiken. We hebben het van nature aanwezige potentieel en het te ontwikkelen potentieel. Het te ontwikkelen potentieel is een samengesteld verschijnsel. Dat wil zeggen dat het ontwikkelt op basis van allerlei andere factoren zoals onze geest in het algemeen, de aggregaten enz. Het van nature aanwezige potentieel dat is hetgeen verandert in het Svabhavik akaya of het 'corpus van de wezenlijke aard'.

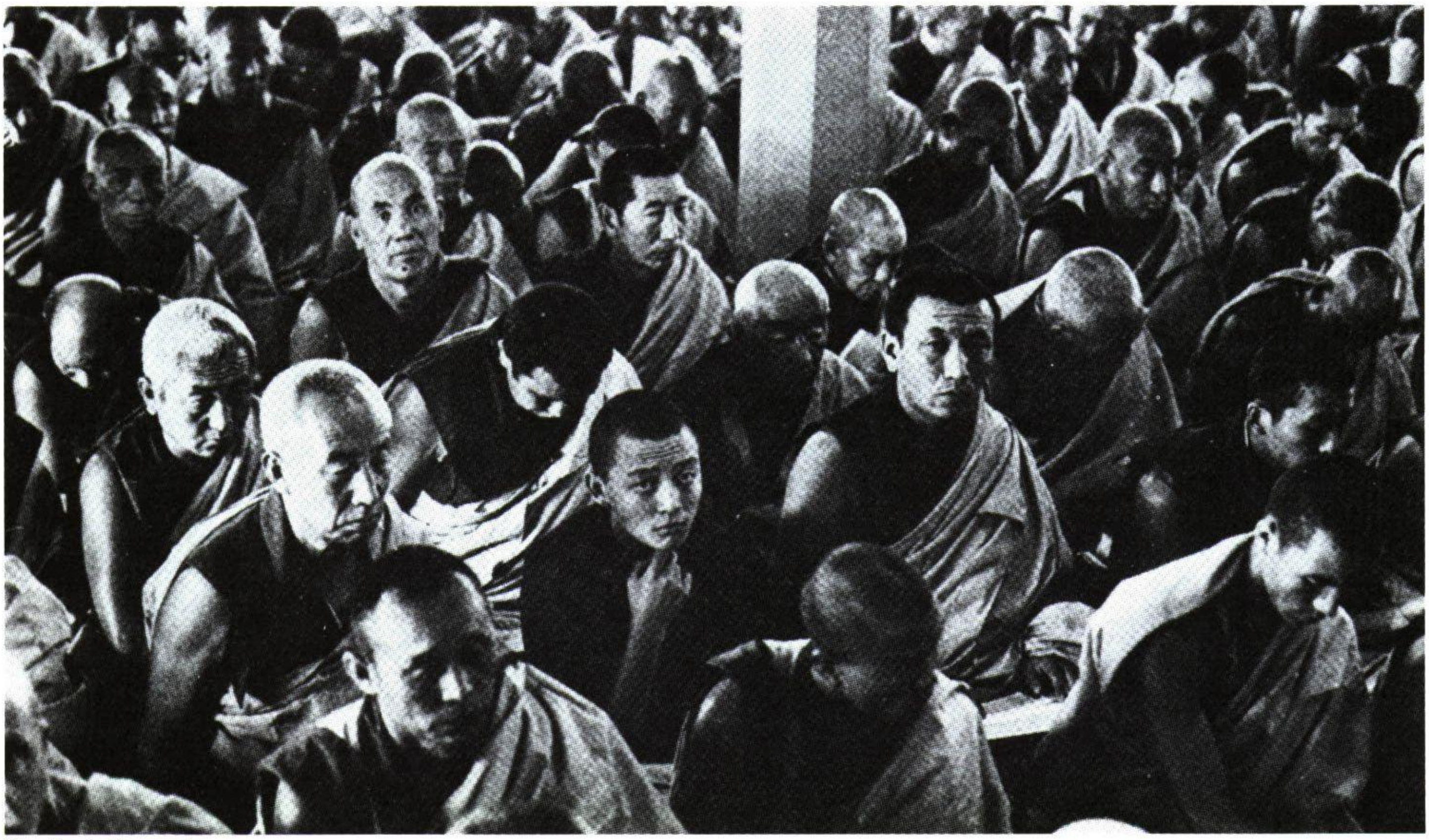
Omdat het van nature aanwezige potentieel iets is dat constant blijft, iets is dat niet verandert, is het een beetje vreemd om te spreken van een potentieel, want een potentieel is in feite iets wat verandert. Dus het is meer een van nature aanwezige basis die onveranderd blijft, terwijl het te ontwikkelen potentieel terecht potentieel genoemd kan worden. Dat is niet eens zo ontzettend belangrijk. Wat wel heel erg belangrijk is, zegt Rinpochee, is dat we goed begrijpen dat we onze geest kunnen zuiveren en ontwikkelen omdat onze geest niet inhent bestaat. Zou de geest wel inherent bestaan dan zouden we niets kunnen zuiveren en ook niets kunnen ontwikkelen.

Dit is gemakkelijker te begrijpen als we weten dat de geest in het algemeen gezien kan worden vanuit de relatieve realiteit en vanuit de absolute of uiteindelijke realiteit. De relatieve geest oftewel de geest in relatieve termen wordt gedefinieerd als: "helder en cognitief". De geest in termen van de absolute realiteit is de leegte van inherent bestaan van diezelfde geest. Dit houdt in dat onze geest van nature volkomen zuiver is. Hoewel onze geest verduisterd is door oppervlakte vervuiling, is de natuur van de geest onaangetast gebleven. Dat is nu precies het van nature aanwezige potentieel; het feit dat de geest van nature zuiver is.

Het feit dat onze geest van nature zuiver is en onaangetast is gebleven door verstorende emoties en verduisteringen is in feite het boeddha-potentieel, de boeddha aanleg, de essentie van het boeddhaschap of in het Sanskriet: de Tathagatagarbha.

Als wij ons ervoor inspannen om onze verstorende emoties en mentale verduisteringen af te bouwen en tegelijkertijd proberen om alle goede eigenschappen te ontwikkelen, dan zullen we daardoor zeker ons potentieel verwezenlijken, dat wil zeggen dan zullen we zeker boeddha worden.

Transcript: Amrit Rienks.
Vertaling en bewerking: Hans van den Bogaert.



Monniken in Dharamsala

DE WERELD DER MAHASIDDHA'S

KUKKURIPA, DE HONDENLIEFHEBBER

Waar egoïstische inspanning en wedijver een rol spelen,
is de Boeddha afwezig,
en worden ritueel en offergaven nutteloos.
In de topervaring van de zegen van de leraar
is de Boeddha aanwezig,
maar zal de fortuinlijke ontvanger dat zien?

In Kapilavastu woonde een brahmaan die Kukkuripa heette. Diep nadenkend over de problemen van het bestaan stelde hij tenslotte zijn vertrouwen in de boeddhistische tantra en koos na verloop van tijd het pad van onthechting. Hij begon zijn rondtrekkende bestaan door al bedelend langzaam naar de grotten van Lumbini te reizen.

Op een dag hoorde hij op weg naar de volgende stad een zacht gejank in het kreupelhout. Toen hij op onderzoek uitging vond hij een jong hondje dat zo uitgehongerd was dat zij niet meer op haar pootjes kon staan. Door medelijden bewogen pakte hij haar op en droeg haar op zijn lange tocht met zich mee. Hij deelde de inhoud van zijn bedelnap met haar en zag met plezier hoe zij sterk en gezond werd.

Tegen de tijd dat zij in Lumbini aankwamen was Kukkuripa zo gewend aan zijn liefderijke en goedhartige gezelschap dat hij zich een leven zonder haar niet meer kon voorstellen. Hij zocht daarom een lege grot die groot genoeg was voor hun beiden. Terwijl hij elke dag uit bedelen ging, hield zij de wacht tot hij terugkwam.

Kukkuripa was zo verdiept in het voortdurend reciteren van zijn mantra dat twaalf jaar als een dag voorbijvlogen. Bijna zonder het zelf te beseffen bereikte de yogi de magische krachten van voorkennis en goddelijk inzicht. Maar de goden van de Hemel van de Drieëndertig Goden in de Sfeer van Verlangen hadden hem opgemerkt. Zij waren zelfs zo onder de indruk dat zij hem uitnodigden om zijn succes met een bezoek aan hun paradijs te vieren. Gevleid en verbaasd over hun medeleven nam hij de uitnodiging aan en begon aan een onophoudelijke trip van genotzuchtige feesten en pleziertjes.

Op aarde wachtte zijn trouwe hond geduldig op de terugkeer van haar meester. Hoewel zij erg moest rondwroeten om iets eetbaars te vinden, verliet zij nooit de grot. En zij werd ook niet echt vergeten. Ondanks zijn luxe leventje miste Kukkuripa zijn liefhebbende metgezellin erg. Telkens weer zei hij tegen de goden dat hij naar de grot terug moest om voor haar te zorgen. Maar zijn hemelse gastheren drongen erop aan dat hij bleef en zeiden: "Hoe kun je er zelfs maar aan denken om terug te keren naar een hond in een donkere grot als je zit te genieten van onze goede gunsten en elke luxe en comfort die wij je kunnen geven? Wees niet zo stom - blijf hier bij ons." Steeds maar weer liet Kukkuripa zich overhalen.

Op een dag, toen hij uit de Hemel van de Drieëndertig Goden neerkeek, besefte hij dat zijn trouwe hond wegkwijnde van verlangen naar hem: haar ogen stonden treurig, haar staart hing naar beneden en zij was zo mager dat hij haar ribben kon tellen. Kukkuripa's hart kromp voor haar ineen. Meteen daalde hij neer uit het paradijs om weer bij haar te zijn in de grot. De hond maakte dolle vreugdesprongen toen zij haar geliefde meester in het oog kreeg. Maar hij was nog nauwelijks gaan zitten om haar favoriete plekje, net achter haar oren, te krabbelen of zij werd onzichtbaar! Daar voor hem, omhuld door een glorieuze wolk, stond een stralend mooie Dakini.

"Goed gedaan!", riep zij uit. "Goed gedaan! Je hebt bewezen dat je wat waard bent door verleidingen te overwinnen. Nu je teruggekeerd bent beschik je over de hoogste macht. Je hebt geleerd dat de wereldse macht van de goden een zinsbegoocheling is, want zij houden vast aan het idee van een zelf. Van hen is de sfeer van onzuiver plezier. Maar nu kan jouw Dakini je de hoogste realisatie geven - zuiver plezier zonder einde."

Toen leerde zij hem hoe hij de symbolische vereniging van vaardige methoden en volmaakt inzicht kon bereiken. Terwijl een onomkeerbaar, onfeilbaar visioen van onveranderlijkheid in zijn bewustzijnsstroom oprees, bereikte hij inderdaad de toestand van hoogste realisatie.

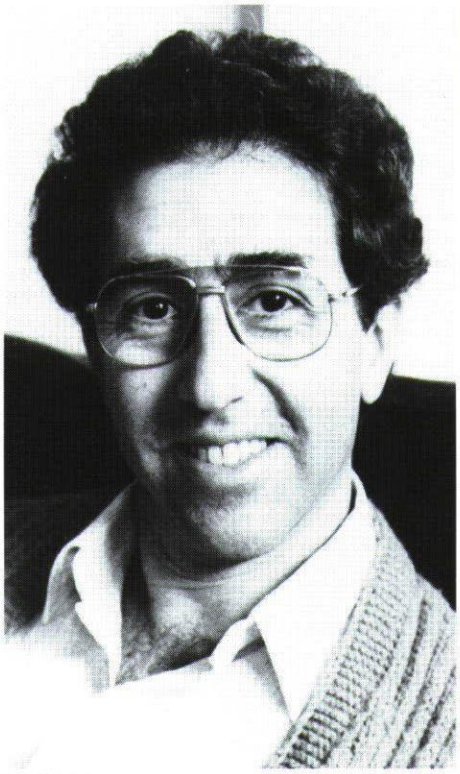
Bekend geworden als Guru Kukkuripa, de hondenliefhebber, keerde hij terug naar Kapilavastu, waar hij een lang leven van onbaatzuchtige dienstbaarheid leidde. En toen de tijd rijp was steeg hij op naar het Paradijs van de Dakini's met een grote kring van leerlingen.

Uit: Masters of enchantment.
Vertaling: Marijke Drost.

INTERVIEW MET ALEX BERZIN

Het hier volgende interview is speciaal bedoeld als introductie van Alex Berzin, in verband met de cursus die hij eind juni in het Maitreya Instituut zal geven (zie programma overzicht).

1. Hoe ben je het Tibetaans Boeddhisme tegengekomen en waarom voelde je je ertoe aangetrokken?



Jan Paul Kool

Alex Berzin

Alex: Als kind was ik altijd al geinteresseerd in Orientaalse dingen. Het leek iets dat heel diep in mij zat. Ik kan het alleen maar uitleggen met een begrip als "verbindingen met vorige levens". Mijn familie was niet geinteresseerd in welke vorm van Oosterse religie, cultuur of filosofie dan ook. Hetzelfde geldt voor de meeste mensen met wie ik opgegroeid ben.

Alhoewel ik een traditionele westers-religieuze opvoeding heb genoten, begon ik toen ik 13 was, yoga te doen. Ik had een vriendje die dat deed en het scheen mij toe dat dit echt iets was waar ik me mee bezig wilde houden. Dit was in de 50-er jaren en ik begon de verschillende, toen beschikbare, boeken over Zen te lezen.

Toen ik naar de universiteit ging, ging ik eerst naar Rutgers University, waar ik scheikunde studeerde. Ik nam ook een facultatief onderwerp in orientaalse beschaving. In deze cursus was een lezing over hoe het Boeddhisme in Azie verspreid raakte van de ene naar de andere beschaving. En hoe het aangepast werd aan elk van de verschillende culturen. Dit was iets wat me echt HEEL, HEEL diep raakte, waar ik meer over wilde leren. Het jaar daarop begon er op Princeton University een nieuw programma om hun afdeling Orientaalse talen open te stellen voor meer studenten. Dus gaf ik me op voor "Chinees", werd aangenomen en begon op mijn 18e Chinees te studeren.

Na mijn baccalaureaat ging ik door naar Harvard University voor mijn doctoraal en Ph.D. Ik studeerde dus Chinees en Japans, en daarnaast (om te begrijpen hoe het Indiase Boeddhisme in elkaar zat voor het zich verspreidde in China) Sanskriet en Indiase filosofie. In deze (60-er) jaren was ik ook benieuwd hoe boeddhistische beoefening zou zijn maar het was toen niet zomaar voorhanden in Amerika.

In 1967 ging ik Tibetaans studeren en ontmoette Geshe Wangyal, de Kalmoek-Mongoolse Geshe uit Rusland, die 1 van de eerste Tibetaans Boeddhistische leraren in de VS was. Ik had niet de gelegenheid om diepgaand bij hem te studeren maar het maakte mij bewust van het feit dat Tibetaans Boeddhisme een levende traditie was. Een van mijn jaargenoten daar was Robert Thurman, een leerling van Geshe Wangyal en de eerste westerling die monnik werd in deze traditie. Hij was in Dharamsala geweest in 1965, had daar gestudeerd bij Zijne Heiligheid de Dalai Lama. Na zijn geloften teruggegeven te hebben kwam hij terug naar Harvard. Hij vertelde mij over Z.H. de Dalai Lama en dat daar inderdaad kon studeren. Dus heb ik toen een Fulbright-beurs aangevraagd om het onderzoek voor mijn doctoraalscriptie over Tibetaans Boeddhisme daar te doen. Met deze beurs kon ik in 1969 naar India gaan en heb mijn doctoraalscriptie gedaan over de mondelinge traditie van de Lam Rim, de Stadia van het Pad naar Verlichting. Deze teksten waren toen alleen in het Tibetaans beschikbaar.

Mijn eerste leraar in India was Geshe Ngawang Dhargye. Dit was in Dalhousie, voordat de "Library of Tibetan Works and Archives" (LTWA) gebouwd werd in Dharamsala. Toen heb ik Z.H. de Dalai Lama en zijn drie leraren ontmoet en deze ervaring heeft mij zeer bijzonder ontroerd. In het bijzonder door de ontmoeting met Z.H. begreep ik dat alles wat ik gestudeerd had ECHT was. Anders dan in de Westerse academische wereld waar de professoren gewoonweg raadden naar de betekenis van de commentaren en de woordenboeken waren hier de Meesters die daadwerkelijk de betekenis van alle teksten kenden en die inderdaad mensen in hun beoefening konden begeleiden. Vanaf die tijd dateert mijn boeddhistische meditatie-beoefening.

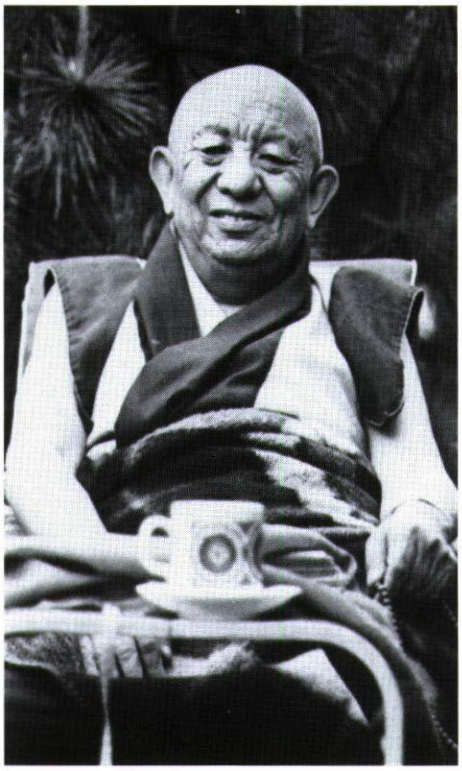
Tijdens mijn studies had ik altijd het plan gehad professor te worden. Maar door wat ik in India was tegengekomen- en het gevoel dat ik daar kreeg van eindelijk thuis te komen- was ik zo ontzettend bewogen, dat ik besloot mijn plannen te veranderen. Toen Z.H. de Dalai Lama in 1971 de LTWA ging bouwen in Dharamsala

vroeg hij aan Geshe Ngawang Dhargyey om daar de leraar te zijn. Ik vroeg of ik ergens mee kon helpen. En Z.H. zei:"Ja, maar lever eerst je doctoraal-scriptie in en kom dan terug". Dat heb ik gedaan en daarna is Dharamsala mijn belangrijkste woonplaats geworden.

Ik ging door met mijn studie en mijn beoefening en raakte betrokken bij de vertaling van teksten van het Tibetaans in het Engels die door de Dalai Lama besteld waren. Toen mijn kennis van de taal verbeterde ging ik vertalen voor Serkong Rinpochee, wijlen de assistent-leraar en Meester Debatpartner van de Dalai Lama. Hij werd mijn belangrijkste leraar. Ik was 9 jaar bij hem als vertaler en assistent en hielp met 2 wereldtournee's waaronder 2 bezoeken aan het Maitreya Instituut in '80 en '82 vielen. Later heb ik ook voor de Dalai Lama vertaald. Door mijn reizen met Serkong Rinpochee raakte ik bekend met vele verschillende landen en Dharmacentra. Toen Serkong Rinpochee in '83 overleed begon men mij uit te nodigen om les te geven in de centra waar we samen geweest waren. Vanaf die tijd heb ik gereisd en lesgegeven in zo'n 70 landen. De overbrenging van het Boeddhisme van de ene cultuur naar de andere interesseert mij nog steeds. Door dat te bestuderen hoop ik te kunnen helpen bij de overbrenging van het Boeddhis me naar de Westerse wereld.

2. Hoeveel jaren heb je nodig gehad om Tibetaans te leren?

Alex: Vanaf 1967 op Harvard 2 jaar geschreven taal, daarna in India. Doordat er geen lesboeken waren voor de spreektaal heeft het tot 1977 geduurd voordat ik mondeling kon gaan vertalen, alhoewel ik na 2 jaar studie teksten schriftelijk kon vertalen. Tegenwoordig gaat het allemaal een stuk gemakkelijker.


Jan Paul Kool

Lama Sercong Rinpochee

3. Woon je nog steeds in India?

Alex: Ja, India is mijn thuisbasis. Ik breng zo'n 6 maanden per jaar door in India en de rest van de tijd reis ik over de wereld om les te geven. Thuis werk ik tegenwoordig aan verscheidene boeken en af en toe geef ik les. Nu werk ik aan een boek over Boeddhistische ethiek.

4. Wanneer en hoe heb je Lama Thubten Yeshe en Lama Thubten Zopa Rinpochee ontmoet? Wat herinner je je daarvan?

Alex: Ik heb Lama Thubten Yeshe en Lama Thubten Zopa Rinpochee voor het eerst in maart 1970 ontmoet. Z.H. de Dalai Lama gaf toen de Kalachakra initiatie voor de eerste keer in India, in Dharamsala. Ik logeerde toen bij een paar jonge Rinpochee-vrienden in het Namgyal Klooster van Zijne Heiligheid. Lama Yeshe en Lama Zopa deelden een kamer verderop in de gang. Ik herinner me dat ze toen heel erg jong en heel erg enthousiast waren om met hun gebroken Engels met buitenlanders te praten. Wat me het meest is bijgebleven van die eerste ontmoeting is hun enorme enthousiasme en plezier.

5. Welke leraren zijn voor jou het belangrijkst geweest?

Alex: Ik denk dat mijn voornaamste, meest inspirerende leraren Serkong Rinpochee, Z.H. de Dalai Lama en Geshe Ngawang Dhargye zijn geweest. Serkong Rinpochee was iemand die niet alleen een ontzettend brede visie had en een enorm aantal lesonderwerpen, hij was ook ontzettend practisch en nuchter. Ik heb altijd geprobeerd dat voorbeeld te volgen. Net als zijn voorbeeld van lesgeven in afgelegen gebieden. Hij was heel erg flexibel. Zo herinner ik me dat hij eens, toen hij uitgenodigd was om een Manjushri-initiatie te geven in een Zen-centrum in New York, hij dat deed zonder tot de verbeelding sprekende rituelen, instrumenten of wat dan ook. Nogmaals, hij was heel erg nuchter, hij droeg nooit rituele instrumenten bij zich. Als hij iets nodig had voor een ceremonie tekende hij liever de verschillende afbeeldingen dan dat hij dingen meebracht. En als hij een vaas nodig had voor een initiatie ofzo dan vroeg hij aan de mensen om te kijken of ze een of andere vaas in huis hadden die hij zou kunnen gebruiken. Dit vond ik ZEER inspirerend.

Wat me het meest inspireert bij Z.H. de Dalai Lama is zijn vermogen om zowel met de religieuze als met de wereldse zaken om te gaan. Op mijn reizen ontmoet ik veel mensen en ik moet heel erg soepel zijn in de omgang met hen. Soms moet ik op een diplomatie-

ke, wereldse manier handelen. Soms op een religieuze manier, met devotie. In elk land moet ik de gewoonten, geschiedenis etc. leren kennen om met de mensen om te kunnen gaan op een manier die voor hen zinvol is. Dit beheerst Z.H. de Dalai Lama tot in de puntjes! Dus inspireert zijn voorbeeld mij boven mate.
Ik heb ook het voorrecht genoten om met Z.H. de Dalai Lama te reizen, als vertaler en 'liaison' op een aantal van zijn buitenlandse reizen. Daar zag ik hoe hij omgaat met al die verschillende afspraken en activiteiten, alleen al in 1 dag. Dat geeft mij veel inspiratie in het omgaan met het soort schema's waarin ik mij soms bevind.

Wat me het meeste inspireerde bij Geshe Ngawang Dhargye was zijn eindeloze enthousiasme en plezier in het lesgeven. Soms onderwees hij iets keer op keer aan verschillende groepen. En elke keer was hij 'fris' alsof het de eerste keer was dat hij dit onderwees. Dit heeft mij heel erg geholpen bij mijn reizen van de ene naar de andere plek.

7. Serkong Rinpochee is teruggevonden. Zou je ons iets kunnen vertellen over hem in deze nieuwe incarnatie? Zie je hem regelmatig? Hoe vordert zijn 'her-opleiding'?

Alex: Ja, ik heb al veel contact gehad met de nieuwe, kleine Serkong Rinpochee. Hij zal 12 jaar worden in mei '96. Hij woont meestal in het Ganden Jangtse Klooster in Zuid India, jullie Geshe Sonam Gyaltsen komt uit hetzelfde klooster. Hij is een opmerkelijke, kleine jongen. Ik denk dat - zucht! - 1 van zijn meest opvallende karaktertrekken in dit leven zijn zelfdiscipline is. Hij houdt er niet van dat iemand over zijn schouder kijkt en hem zijn lessen laat leren, hij disciplineert liever zichzelf. Hij heeft een geweldige persoonlijkheid, heel erg hartelijk en een heel diep besef van humor. Net als zijn voorganger is hij buitengewoon creatief met zijn handen. Hij is dol op het boetseren van beelden in klei. Deze creativiteit en geestigheid zijn fantastische voordelen gecombineerd met zijn intelligentie. Ze zullen hem in staat stellen om effectief om te gaan met mensen. De scholing van jonge monniken en gereincarneerde leraren bestaat voornamelijk uit het uit het hoofd leren van gebeden en teksten tot ze plusminus 13 jaar zijn. Serkong Rinpochee heeft dat gedaan alhoewel hij het een beetje saai vindt. Hij heeft de laatste 2,3 jaar engels geleerd van Tibetaanse leraren in scholen in de 'opvangkampen' rond zijn klooster. Daarnaast hebben zij hem wiskunde, geschiedenis, aardrijkskunde en natuurwetenschappen onderwezen. Dat vindt hij heel erg leuk. Zijn engels is nu redelijk bruikbaar.

Laat me 1 voorbeeld geven van Rinpochee's zelf-discipline en zelfmotivatie; toen hij eens in Dharamsala was, hij gaat meestal naar de lente-lessen van Z.H. de Dalai Lama, stapte hij per ongeluk op een insect en doodde het. Hij was daardoor zo van slag dat hij zei; nu ga ik elke dag 21 lange neerbuigingen maken om het negatieve karma dat ik hiermee heb opgebouwd te zuiveren.

8. Wat heb jij, in jouw drukke en volle leven, ervaren als het moeilijkst in je beoefening?

Alex: Om te beginnen, ik zie mijn boeddhistische beoefening niet als iets dat losstaat van mijn drukke en volle leven. Die levensstijl zelf is mijn boeddhistische beoefening. Boeddhistische beoefening is mediteren en een opvatting over de realiteit en het leven die men ten alle tijden heeft. En ook je gedrag in alle situaties. Ik probeer mijn beoefening te integreren in mijn dagelijks leven. Soms kan ik wat meer mediteren, soms wat minder. Ik moet me daarin plooibaar opstellen. Dat is iets waarin mijn leraren me aangemoedigd hebben, plooibaar zijn. Misschien is het moeilijkste onderdeel, in verband met Dharma dat ik ben tegengekomen in mijn drukke leven, het accepteren dat ik niet alles kan doen. En dat de resultaten van wat je doet in je lessen en pogingen om anderen te helpen voor een groot deel afhangen van wat de mensen er zelf mee doen. Dit is soms nogal moeilijk geweest want ik ben natuurlijk erg begaan met de mensen die ik ontmoet en lesgeef als ik reis. En ik zou heel graag willen dat onze bijeenkomsten hen goed doen. Soms doet het mensen goed, soms is het niet zo duidelijk. En in de beoefening van Boeddhisme moet je dat accepteren. Het herinnert mij aan Z.H. de Dalai Lama, die altijd refereert aan Boeddha Sakyamoenie als zijn lichtend voorbeeld. En de Boeddha zelf kon niet iedereen helpen. Het Boeddhisme kan niet mensen hun problemen uittrekken zoals je een doorn uit iemand's voet trekt. Wij moeten ons niet voorstellen dat wij dat dan even gaan doen. Ik heb moeten leren dat ik niet elke uitnodiging kan aannemen en dat mensen zelf moeten doorgaan. Als ik dood ga gaat het leven voort zonder mij net als vroeger, toen ik er nog niet was. Daarom moet ik tevreden zijn met hetgeen ik kan doen.

Vertaling: April Elzenga.

HET LAATSTE NIEUWS OVER DE PANCHEN LAMA

Beijing heeft haar eigen Panchen Lama geselecteerd. Daartoe ontboden de Chinese autoriteiten 75 Tibetaanse boeddhistische leiders naar Beijing om drie kandidaten te kiezen voor de elfde incarnatie van de Panchen Lama. Om een kandidaat te selecteren gebruikten ze de "Gouden Urn" ceremonie. Het trekken van lootjes uit de gouden urn is eerder gebruikt hoewel niet voor de huidige Dalai Lama of de vorige Panchen Lama.

Uit de 'loterij' werd Gyaltsen Norbu geselecteerd, Tibet achterlatend met twee Panchen Lama's: één gezegend door de Dalai Lama, en één goedgekeurd door de Chinese regering.

Betrouwbare bronnen in Lhasa meldden dat de groots opgezette religieuze ceremonie niet echt was. De ceremonie zou volgens de officiële Chinese media op 29 november plaatsvinden, maar volgens diverse bronnen werd de ceremonie enkele dagen eerder gehouden en op video opgenomen om later te worden uitgezonden.

Na de selectie van de regerings kandidaat volgde snel zijn installatie, op 9 december. De korte periode tussen de selectie en de installatie van de jongen - minder dan twaalf dagen - is zeer ongewoon, vertelde een waarnemer die bekend is met het proces. Een interval van een jaar zou normaal zijn, omdat er 'geen grote haast' mee is, aldus een andere waarnemer. Het gehaaste proces verraadde een hoge mate van nervositeit aan de kant van de autoriteiten, verklaarden waarnemers. Deze jongen zal in Beijing en niet in Tibet opgevoegd worden, aldus de Chinese woordvoerder.

De keuze voor Gyaltsen Norbu was een directe aanval op de Dalai Lama die al op 14 mei de zes jarige Gedhun Choekyi Nyima als de reïncarnatie van de Panchen Lama had aangewezen. De situatie in Tibet is op dit moment erg gespannen. De autoriteiten hebben een avondklok in de grootste steden van Tibet ingesteld. Reuters bericht dat er muurkranten zijn opgehangen en dat er demonstraties waren in Lhasa en Shigatse, waar het Tashi Lhunpo klooster gevestigd is, de zetel van de Panchen Lama. Chadrel Rinpoche, de abt van Tashi Lhunpo, die de zoektocht van de Chinese autoriteiten naar de reïncarnatie leidde, is afgezet en bestempeld als reactionair nadat de geselecteerde kandidaat van het comité door de Dalai Lama als de rechtmatige reïncarnatie werd aangemerkt. De abt en zijn assistent werden in mei in hechtenis genomen. Waar zij zich bevinden is niet bekend.

Waar Gedhun Choekyi Nyima zich bevindt is ook niet bekend. Amnesty International heeft daarom ook haar zorg uitgesproken over het lot van de jonge Panchen Lama. Een Chinese woordvoerder voor het Ministerie van Buitenlandse Zaken stelde dat de jongen gewoon thuis is, maar dit blijkt niet te stroken met de werkelijkheid.

Het Europees Parlement heeft de Chinese handelwijze in een resolutie veroordeeld. Het parlement roept de autoriteiten op om de keuze van de Dalai Lama te respecteren.

Door: Paula de Wijs.

AMNESTY ACTIE VOOR TIBET TIJD OM TE HANDELEN

Nog altijd worden de mensenrechten in China en Tibet op grote schaal en op grove wijze geschonden. Daarom zal Amnesty International op 13 maart een wereldwijde campagne starten die zal duren tot 31 oktober 1996.

Het kan niet zo zijn dat de wereld meer en meer economische en politieke relaties aangaat met China en voor het gemak de ogen sluit voor de ernstige mensenrechtensituatie in dat land.

Afgelopen zaterdag, 3 februari, begon Amnesty met een groependag in het kader van deze actie, waarbij vele vertegenwoordigers van de Nederlandse plaatselijke Amnesty groepen aanwezig waren. Amnesty International had voor deze gelegenheid de Tibetaanse mensenrechten activist Gendun Rinchen uitgenodigd. Zijn verhaal laat ons zien dat China wel degelijk gevoelig is voor druk van buitenaf. Hier volgt een kort verslag van zijn verhaal:

Gendun Rinchen, werkzaam in de toeristenindustrie als gids, werd in mei 1993 gearresteerd en in eenzame opsluiting vastgehouden in Lhasa. Na een huiszoeking door de Chinese politie werden er brieven van Rinchen gevonden. Deze brieven waren gericht aan een delegatie van Europese Ambassadeurs die de mensenrechten-situatie in Tibet kwamen polsen. De inhoud van de brieven beschreven de slechte mensenrechten-situatie in Tibet.

Gendun Rinchen zegt: "Rechtssysteem? Er is geen rechtssysteem. Er was geen arrestatiebevel en geen machtiging tot huiszoeking. Ze namen op brute wijze bezit van mijn bezittingen en

ze hebben alles vernield. Volgens de wet hadden ze al mijn huisraad moeten inventariseren zodat ik het later, na mijn vrijlating, terug kon claimen. De Chinese politie vond het bezit van een typemachine een werktuig voor spionnen. Toen ik vrij kwam kreeg ik mijn bezittingen niet allemaal terug. Ik ben toen naar een bevriende advocaat gegaan om advies te vragen. Ik wilde de Chinese politie aanklagen maar volgens hem is er geen methode om dat te doen.

Ik werd naar een detentiecentrum gebracht ten oosten van de stad Lhasa, genaamd Seitru. Ik werd elke dag ondervraagd en er werd gevraagd of ik connecties had met Z.H. de Dalai Lama. Dit duurde drie maanden. Er was geen enkele vorm van een eerlijk proces. Ik heb acht maanden vastgezeten in eenzame opsluiting. Daarna werd ik, door druk van buitenaf, onder andere door Amnesty, vrij gelaten. Mijn zaak is niet representatief voor hoe het normaal met gevangenen toegaat in Tibet. Zij lijden op manieren die ondenkbaar zijn. Het martelen van politieke gevangenen is normaal geworden in Tibet en wordt op grote schaal toegepast. Naar mijn idee is mij dat gespaard gebleven door de druk van buitenaf."

Tot slot volgt hier een korte omschrijving van de situatie in Tibet, zoals die er op dit moment in Tibet voor staat. Je ziet veel beelden, tempels, gebedswielen en mensen die neerbuigingen maken. Dit is alleen maar een façade. In werkelijkheid is er geen vrijheid van religie. Er mag alleen les gegeven worden door bevoegde leraren onder toezicht van de Chinese autoriteiten, aldus Rinchen.

Tot slot gaf hij nog een licht optimistische noot: dat er op dit moment veel verdeeldheid heerst in de Chinese top en onder de bevolking met name onder de intellectuelen. Dit komt door de toenemende privatisering van bedrijfjes en investeringen van grote bedrijven vanuit het rijke westen. Gendun Rinchen zegt dat hij voelt dat voor zijn dood Tibet weer vrij zal zijn en hij spreekt de hoop uit dat hij er dan wel mag wonen. Hij bedankt al degenen die ervoor gezorgd hebben dat hij werd vrijgelaten.

Vertaling: Alex de Haan.

Tibetaanse vlag

EEN INTERVIEW MET NOORTJE TOETENEL, OPRICHTSTER VAN DE STICHTING TIBETFONDS DOLMA.

De Stichting Tibetfonds Dolma wil met hulp van sponsors kinderen helpen een bestaan op te bouwen door hun leefomstandigheden te verbeteren en ze een goede opleiding te laten volgen, ofwel aan een algemene school, of aan een van de Tibetaanse kloosterscholen. Zo zullen ze in staat zijn de cultuur van hun eigen land en volk te behouden.Voor een bedrag van vijftig gulden per maand kan een kind in zijn levensonderhoud voorzien en onderwijs volgen. Eenmalige giften worden gebruikt voor bijvoorbeeld de bouw van woonruimte, aanleg van watervoorzieningen of de aankoop van medicijnen.

Koosje: Hoe bent u met het boeddhisme in aanraking gekomen?

Noortje: Vijftien jaar geleden gaf Geshe Ngawang Dhargye een lezing in Den Haag over het stervensproces. Op dat moment werden mijn ouders al wat ouder. Ik dacht, misschien steek ik er wat van op, zodat ik ze op het moment van sterven de helpende hand toe kan steken. Naderhand bleek, dat wist ik toen niet, dat het een hoge Lama was. Hij maakte grote indruk op me. Ik had me voorgenomen een boek te kopen over het boeddhisme en tijdens de lezing wendde de Lama zich werkelijk tot me en zei: "Koop dat en dat boek". Dat was 'De Beoefeningen voor Bodhisattva's' van Shantideva. Dat heb ik toen gedaan. Hij zei ook nog: "Het meeste kan je wel begrijpen, ik zal voor je bidden, opdat je ook het hoofdstuk over leegte kunt begrijpen."
Ik ben dat boek toen gaan lezen. Heel geconcentreerd. Daar heb ik een jaar over gedaan. Iedere avond, bijna dagelijks, las ik een paar verzen. Dat liet ik zoveel mogelijk tot me doordringen. Je zou kunnen zeggen dat het een soort meditatie was, zo voor het slapen gaan. Toen kwam ik bij het hoofdstuk over leegte en ik begreep niet eens wat er stond. Ik heb dat heel keurig vanuit het Engels vertaald, maar zelfs toen begreep ik er helemaal niets van. Toen dacht ik: "Het wordt tijd dat je een leraar zoekt". Ik hoorde dat er op het Maitreya Instituut een leraar zou komen. Daar heb ik nog een jaar op moeten wachten. Ondertussen voelde ik me door het boek van Shantideva zo ongelooflijk verbonden met het boeddhisme, dat ik gelijk toen de leraar aankwam, toevlucht heb genomen. Er was geen enkele twijfel in mijzelf. Die is er verder ook nooit geweest.

Koosje: Was u al met boeddhisme bezig geweest voor u die eerste lezing volgde? Of had u al gedachten in die richting?

Noortje: Natuurlijk was ik als een baby, maar de gedachten die ik had kwamen wel overeen met het boeddhisme. Daarom voelde ik mij er ook meteen zo mee verbonden. Nu, na vijftien jaar, denk ik dat de oorzaak daarvan wel gelegen zal hebben in vorige levens, maar toen was ik mij daar niet van bewust.

Koosje: Hebt u ook gezocht voordat u het boeddhisme tegenkwam?

Noortje: Nee. Ik heb een vrij gevarieerd leven geleid. Ik heb daar wel allerlei stromingen ontmoet, maar het was nooit wat ik zocht. Tot ik een voor mijn gevoel heel diepzinnig verhaal hoorde over een heilige man die in een grot zat. Dat deed iets in mij naar boven komen waarvan ik dacht: "Ja, zo is het, daar ligt voor mij de waarheid". Alle andere waarheden hadden een beetje aan kracht ingeboet. Ik wist hoe betrekkelijk het allemaal was. Daarna kom je er ook niet meer vanaf. Natuurlijk heb ik er wel eens even geen zin in, maar nu ik het eenmaal gevonden heb, kan ik er nooit meer van af. Ik zou net zo goed m'n armen kunnen afhakken, dat gaat niet.

Koosje: Hoe was het in de begin periode om boeddhist te zijn?

Noortje: In de familie riep het wel weerstand op. Met name bij mijn moeder. Zij zocht het meer in het christendom. Maar in de loop van de jaren is hun angst toch afgenomen, doordat het boeddhisme me niet van hen afnam. Ze zagen ook dat ik gelukkiger was. Met de jaren ebde de weerstand weg.

Koosje: Hoe voelde u zich nadat ue het boeddhisme was tegengekomen? Ging u andere dingen doen of denken?

Noortje: Niet doen, wel denken. Niet echt anders, maar de dingen werden veel duidelijker. Het was alsof ik al die puzzelstukjes wel had gehad, maar ze dwaalden altijd door m'n hoofd. Nu werd het een duidelijker plaatje. Vroeger stond ik als het ware op die stukjes en daar donderde ik dan nogal eens af. Nu werd het duidelijker en kreeg ik een steviger grond om op te staan.

Koosje: Hoe is het nu na vijftien jaar?

Noortje: Nu probeer ik de Dharma stevig in m'n hand te houden. Daar zijn voor mijn gevoel ook de meditaties voor. Natuurlijk ben ik nog steeds een heel

E. Toetenel in het Gaden Klooster

gewoon egocentrich mens, maar de Dharma is wel een stuk van mezelf geworden.

Koosje: Heeft het u blijer gemaakt?

Noortje: Zeker, zeker, heel zeker. Het heeft me ook zelfbewuster gemaakt. Dat klinkt wat gek, een ego dat zich zelfbewuster maakt, maar toch het heeft me ook gestaald. Twijfels zijn goed als die je helpen iets beter te kunnen doen. Maar als je twijfelt aan de goede dingen die je doet, dan is dat fout. Dat heb ik vroeger wel gedaan, omdat ik me niet gesteund voelde. De gedachten die ik als kind had, werden niet gesteund door mijn omgeving. Zeker toen ik een jaar of achttien was ging ik trachten me steeds meer aan te passen. Omdat ik ook wilde passen binnen mijn milieu, binnen de wil van anderen, ik wilde er ook bij horen, mee doen. Dat zijn kleine dingen, die soms ontzettende gevolgen kunnen hebben in je leven. Op een hele rare manier denk ik dat ik nu, nu ik ouder word, weer meer word zoals ik was toen ik jong was. Natuurlijk wel bijgeschaafd. Ik denk dat ik vroeger minder mild was. Door de dingen die ik heb meegemaakt, is mijn begrip groter geworden.

Koosje: Hoe geeft u vorm aan uw boeddhistische levensvisie?

Noortje: Gewoon van moment tot moment. Voor mij is het erg simpel. Het is niet de bedoeling dat ik het in een speciale vorm giet. Ik heb natuurlijk veel geluk gehad, omdat ik een ongelooflijk bijzondere, lieve, wijze leraar heb gevonden. Ik probeer - wat me natuurlijk niet altijd lukt - het boeddhisme niet buiten mijn dagelijkse leven te laten zijn. Dus of ik nou de vaat sta te doen, buiten loop of eens rustig pas op de plaats maak, eigenlijk zijn het allemaal stukjes van dezelfde koek.

Koosje: Kunt u dat uitleggen met een voorbeeld?

Noortje: Ik ben niet alleen boeddhist als ik in meditatie zit. Ik houd niet op boeddhist te zijn als ik de afwas sta te doen. Ik neem het gewoon overal met me mee. Ik zie daarin geen afscheiding. Wat ik geleerd heb, heb ik geleerd en waar ik ook ga of sta ik neem dat met me mee.

Koosje: Hebt u dan bepaalde gedachten tijdens de afwas?

Noortje: Soms. Maar een gedachte is je intellect. Natuurlijk is dat ook bewustzijn, maar er zijn ook diepere lagen van bewustzijn en ik hoop dat ik de lessen van mijn leraren ook naar de diepere lagen heb laten 'zakken'. Dat ik daar open voor ben geweest. Natuurlijk zie ik ook dat de meest innerlijke kern iets als de Dharma is. Vandaar dat een mens er ook naar verlangt zich te ontwikkelen. Iets binnenin de mens - en dat zit in ieder mens - is gelijksoortig aan de Leer. De methode van het boeddhisme laat je daar dichter bij komen. Dan krijg je een soort verbintenis met je meest pure eigenlijke ik. Als je dat een ik kan noemen, tenminste. Ik kan het niet helderder verklaren.

Koosje: Het is heel helder. Wat doet u eraan om uw boeddistische overtuiging te verdiepen?

Noortje: Aangezien ik nog lang geen Boeddha ben, heb ik iedere keer opnieuw de inspiratie nodig van de lessen. Dan voel ik me uitgedorst, uitgehongerd en dan moet ik weer een beetje opladen. Dan wordt die verbintenis waar we het net over hadden, weer even aangetrokken. Dan wordt mijn bewustzijn weer ontdaan van alle rommel van mijn eigen egoïstische aard. Ik kan dan weer even verder. Je loopt natuurlijk aldoor tegen je eigen ego op. Ik hoop dat dat op den duur toch minder wordt. Ik kan natuurlijk niet m'n ego gaan onderdrukken, maar ik kan wel de andere kant van de weegschaal verzwaren. Door me zoveel mogelijk op de Leer van de Boeddha te richten, hoop ik dat mijn ego steeds lichter wordt en de weegschaal steeds zwaarder aan de kant van het be-

grip. Ik hoop maar dat dat een soort automatische gebeurtenis wordt. Dat merk ik ook eigenlijk wel. Bepaalde dingen waar ik vroeger moeite mee had, zijn - eigenlijk door er niet te veel aandacht aan te schenken - weggevloeid. Natuurlijk moet je het wel onder ogen zien, maar andere dingen worden gewoon belangrijker. Dingen, die vroeger van groot belang voor me waren, zijn gewoon weg, daar heb ik niet zo'n last meer van. Dat betekent niet dat ik het onderdruk, ik kijk ernaar, ik constateer het maar doordat het andere zwaarder, groter, steviger in mezelf wordt, merk ik dat bepaalde dingen eigenlijk vanzelf verdwenen zijn.

Koosje: U heeft een praktische invulling gegeven aan het boeddhisme met de Stichting Dolma.

Noortje: Ja, dat was heel leuk. Indertijd, toen het Maitreya Instituut nog in Maasbommel stond, ging ik bijna maandelijks naar een lezing. Het was daar heel plezierig tussen de landerijen. Daar hing een bord met allemaal foto's van monnikjes, die je sponsoren kon. Ik wilde zelf niet kiezen. De toenmalige Geshe Konchog Lhundup heeft voor mij een monnikje uitgezocht en die ben ik gaan sponsoren. Op mijn eerste reis naar India heb ik hem opgezocht en zo kwam ik in de grote kloosters in Mundgod terecht. Dat was in 1988.

Toen de Chinezen het Tibetaanse land bezetten, zijn veel Tibetanen naar India gevlucht. Daar heeft de Indiase regering hen land aangeboden, alwaar ze Tibetaanse gemeenschappen opbouwden. Zo zijn er meer dan 50 Tibetaanse nederzettingen in India. In Mundgod werden twee van de grote kloosters weer opgebouwd, het Drepung- en het Gadenklooster, waar meer dan 5000 monniken studeren. Daaromheen zijn 9 dorpen gebouwd, waar samen 22.000 Tibetanen wonen. De eeuwenoude Tibetaanse cultuur is bewaard gebleven dankzij de studie en het leven van de monniken in de kloosters. De Tibetaanse gemeenschap bij Mundgod bevindt zich in een zogeheten 'restricted area', waar touristen alleen kunnen verblijven als ze een speciale pas krijgen van de Indiase regering.

Daar, in Mundgod kwam ik een jongetje tegen die mij gewoon als moeder adopteerde. Ja, dat gebeurt dan zo. Toen had ik dus twee sponsor kindjes. Nou, ik ben niet rijk, dus meer kon ik niet doen. Maar mensen gingen mij vragen of ik niet een stichting wilde oprichten. Die mensen hadden ook sponsor kindjes en ze wilden dat fiscaal aftrekbaar maken. Bovendien zou het ook makkelijker worden om geld over te maken. Ik heb een poosje nee gezegd, maar ik dacht "wel, ik heb zelf zo ongelooflijk veel geluk te danken aan mijn Lama's en die Lama's behoren tot een volk wat het echt heel moeilijk heeft op dit moment." Toen besloot ik dat ik heel praktisch als gift m'n werklust kon geven. Je kan je Lama bloemen geven en natuurlijk is het het belangrijkste dat je de Dharma zoveel mogelijk in praktijk brengt, maar ach, dat andere kon er ook nog wel bij. Ook vanuit de visie dat Zijne Heiligheid de Dalai Lama z'n hele leven opoffert aan de ondersteuning van de Tibetanen. Zo dacht ik dat ik ook wel een kleinigheidje bij kon dragen. Zo is het begonnen.

Koosje: Hoe kwamen ze op het idee om u te vragen?

Noortje: Daar heb ik geen idee van. Misschien door m'n werk bij Unicef. En eerlijk gezegd, had ik een hele mooie mantra gevonden ergens in een oud boek, die me erg aansprak. Ik heb mijn leraar, Gaden Tri Rinpochee, die toendertijd nog leefde, gevraagd of ik die mocht gebruiken. Of het door de mantra komt weet ik niet - ik ben nog behoorlijk onwetend - maar in ieder geval gingen de mensen mij dat toen vragen. Het was een mantra voor mededogen, ook voor je actie's, om je geheel ten dienste te stellen van anderen.

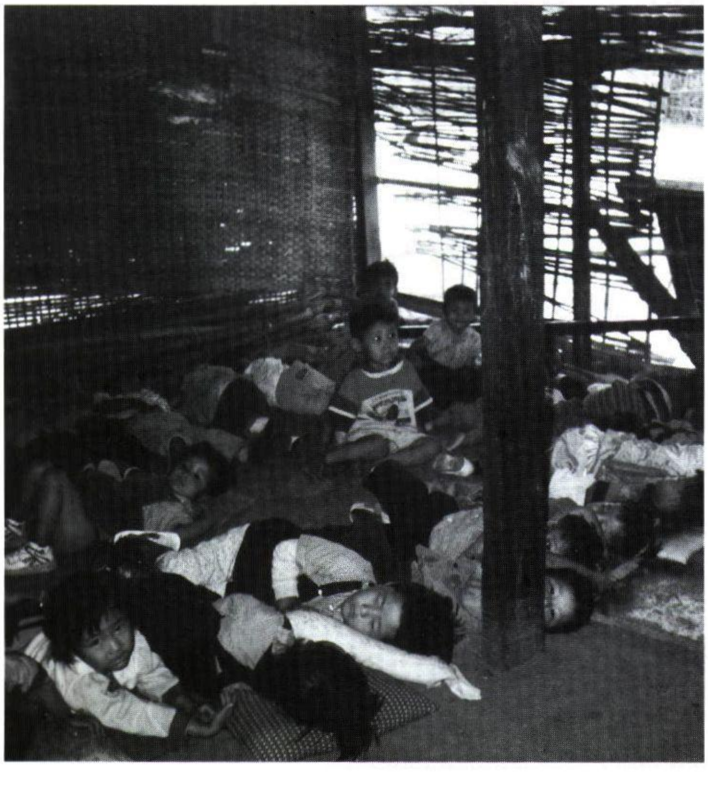
Koosje: Dus echt om te kunnen helpen?

Noortje: Ja, ook. Je hele zijn, op alle vlakken. Natuurlijk is de beste hulp die je kan geven de Dharma verspreiden, maar ik ben te oud en ik kan moeilijk die hele studie nog oppakken. Ik ben denk ik erg streng en vind dat als de Dharma gegeven wordt, dat zoveel mogelijk moet blijven zoals dat was. Dat de Dharma niet te veel beinvloed moet worden door persoonlijke ideeën, maar dat zoveel mogelijk de ideeën van de Boeddha doorgegeven worden. Dus ik vind het goed dat dat door goed gestudeerde mensen wordt gedaan. Daar ben ik zelf helemaal niet aan toe. Maar dat betekent niet, dat er geen andere dingen zijn die een mens kan. Ik had niet zo'n idee om een stichting op te richten. Het kwam gewoon naar me toe, het kwam op mijn pad.
De Stichting Dolma is er niet speciaal voor monniken, maar veel mensen die mij benaderden, wilden het liefst een monnik sponsoren. Ikzelf sta daar natuurlijk helemaal achter. Uit twee oogmerken. Ten eerste weet je maar nooit hoe die monnik die nu nog studeert in de toekomst van belang wordt voor een heleboel mensen om hem heen. Dat kunnen wel hele grote kringen worden, dat kan ik nooit beoordelen. Er is de hoop dat het ten gunste van de wereld, van de mensheid zal worden. Persoonlijk vind ik ook dat het hele monnikendom, van groot belang is voor de Tibetanen. Juist voor de mensen in Tibet, die erg onderdrukt worden, is het een troost dat de grote kloosters nu in India gevestigd zijn. Ze kunnen hun

gedachten erop richten; dat dat toch onuitroeibaar is gebleken. Dat geldt zeker ook voor de Tibetaanse vluchtelingen in India. Als die de grote kloosters en de monniken gemeenschappen niet hadden gehad, zouden ze nu losgeslagen vluchtelingen zijn. Nu zijn ze nog steeds een volk. Ze halen daar hun inspiratie uit. Ze kunnen naar de kloosters toe, ze kunnen daar om raad vragen, hun familieleden zitten er, daardoor zijn ze nog steeds een bepaalde eenheid. Ik denk dat de doorsnee vluchteling een grote steun aan de kloosters heeft, ook als ze er niet zelf in zitten. Net zoals de Dalai Lama een grote steun voor ze is.

Koosje: Wat is de doelstelling van de stichting 'Dolma'?

Noortje: De doelstelling is hulp aan gevluchte Tibetanen. Dat kan soms prive sponsoring zijn, dat probeer ik dan zoveel mogelijk in goede banen te leiden. Dat is niet wat Tibetanen over het algemeen willen, die willen liever dat alles in een grote pot gaat. Maar ik heb ook rekening te houden met de Westerse mens, m'n sponsors, die vinden het prettig om iemand persoonlijk te sponseren. Dat kan ook heel leuk zijn. Er zijn een heleboel mensen die de 'Dolma' sponsoren en geen boeddhist zijn, maar het Tibetaanse volk van belang vinden. Wiens leven toch een beetje een andere wending heeft gekregen. Die er iets leuks in hun leven bij hebben gekregen, doordat ze contact hebben met iemand uit een andere cultuur. Ik hoop dat hun leven, hoewel ze een beetje lichter aan geld worden, iets rijker is geworden aan vriendschap met iemand uit een ver land.



Koosje: Hoe komen de sponsors naar u toe?

Noortje: Dat is altijd een probleem. We kunnen natuurlijk geen enorme bedragen uitgeven voor reclame. Dat betekent dat ik afhankelijk ben van mond op mond reclame. Ik vraag altijd aan de mensen om het om zich heen te vertellen, aan familieleden, vrienden en bekenden. Verder mag ik m'n foldertjes hier en daar neerleggen. Er zijn inderdaad lieve mensen die mij daar een beetje mee helpen. Maar het gaat z'n eigen weg. Soms bellen mensen op, die ik nog nooit heb gezien of krijg ik bedragen van mensen die ik nog nooit heb ontmoet. Dan denk ik wel eens hoe komen ze er bij? Hoe weten ze het? Maar dat gaat dan via, via.

Koosje: Hoe komen degenen die gesponsord worden naar u toe? De individuen.

Noortje: Ja, de individuen. Tot nu toe ben ik vijf keer op eigen kosten naar India, naar de kloosters geweest. Dan komen er natuurlijk allerlei mensen vragen, vragen en nog eens vragen. Dat is moeilijk, want ik zou ze het liefst allemaal helpen. Maar daar moet ik eerst sponsors voor vinden. Daarom heb ik een aantal kriteria gemaakt: kleine kinderen, mensen die erg te lijden hebben onder TBC, waardoor ze echt wat extra voedsel nodig hebben, mensen die extra verzorging of medicijnen nodig hebben. En dan de oude monniken, die niet meer in staat zijn om te werken. Zij zijn degenen die in zeer moeilijke tijden geholpen hebben de Tibetaanse vluchtelingen gemeenschappen op te bouwen, door op het land te werken of eigenhandig de gebouwen te bouwen. Nu zijn ze lichamelijk soms erg zwak en ze hebben natuurlijk geen pensioen. Die probeer ik ook te helpen. Soms proberen we ook mensen te helpen, die net uit Tibet zijn gevlucht. Die hebben kip noch kraai. Onderweg hebben de Chinezen hen het kleine beetje bezittingen wat ze nog hadden afgenomen. Die komen met niet meer dan de kleren die ze aan hebben. Ze komen dan geheel ten laste van het klooster. Dan is het toch heel prettig als ze na alle ontberingen die ze hebben doorstaan een sponsor hebben. Daardoor wordt hun leven wat eenvoudiger. Ze kunnen eens een paar slippers voor zichzelf kopen, of de boeken waaruit ze kunnen studeren, of dat kleine beetje extra voedsel als ze ziek worden. Luxe wordt het natuurlijk niet voor ze.

Koosje: De stichting Dolma sponsort nu ook projecten, heb ik begrepen?

Noortje: Ja, dat is langzaam gegroeid. Toen ik voor het eerst in de kloosters kwam, waren de EHBO posten in een ongelooflijk slechte staat. Ieder klooster heeft een eigen EHBO post. TBC patienten van het klooster gaan hier ook hun injectie halen. Ik heb getracht wat geld bij elkaar te krijgen. Zo staat er nu in iedere EHBO post een ijskast en zijn de muren geverfd. Ook probeer ik zo af en toe wat geld en medicijnen te sturen.
Omdat er maar weinig toeristen komen in de restricted area's hebben ze maar weinig gelegenheid om fondsen te kunnen werven. Daarom probeer ik daar af en toe wat geld naar toe te sluizen.
In de grote keuken van het Gaden Djangtse klooster staat nu een zonne-systeem. Dat betekent dat ze 's morgens, wanneer ze voor 1000 monniken thee moeten maken, warm water hebben. Dat betekent dat ze minder hout hoeven te kappen; hout dat niet alleen gekapt moet worden, maar ook aangevoerd, want in de hele regio staat praktisch geen boom meer. Er is enorm veel hout nodig voor de twee kopjes thee per monnik (2000 kopjes) en dat is natuurlijk ook slecht voor het milieu. Het aanvoeren van dat hout kost ook geld.

Op een van mijn reizen zag ik hoe de kinder-monniken van het Drepungklooster opgepakt zaten als ze op school zaten. In een klas zaten wel 60 kinderen in een klein donker hok. Het hoofd van de school was echt ten einde raad. Er was niet genoeg geld voor de bouw van een nieuwe school. Toen heb ik geprobeerd in Nederland wat fondsen te werven. Dat is gelukt. Het geld wat ik bij elkaar heb gekregen, is verdubbeld door het Ministerie van Buitenlandse Zaken. Dan kom je daar anderhalf jaar later weer en dan is er toch een school gebouwd van dat geld! Welliswaar heeft het klooster er zelf ook een bepaald deel van bekostigd, maar dat vind ik ook heel goed. Het is niet de bedoeling van 'Dolma' om alleen te geven. De bedoeling van 'Dolma' is dat ze zelf ook hard werken voor de dingen die ze graag willen. Als mensen zelf heel graag willen en de middelen en mogelijkheden niet hebben, dan kan 'Dolma' daarmee helpen.

Natuurlijk zijn er ook andere projecten. Per jaar hebben we twee a drie projecten lopen. Dit jaar gaat er geld naar een heel klein kloostertje in Nepal. Dat ligt vier dagen lopen vanaf de laatste post waar een bus of auto kan komen. Het ligt vlakbij de grens van Tibet. Op het ogenblik wordt het veel gebruikt als vluchtroute door de Tibetanen. Als ze over de grens zijn hebben ze al vele dagen gelopen, soms onder hele moeilijke omstandigheden. Als ze in dat kleine kloostertje aankomen, zijn ze afhankelijk van water en een klein beetje voedsel. Dat klooster moet dus steeds nieuwe vluchtelingen de helpende hand bieden. Gelukkig hebben we al een beetje geld kunnen sturen om een zonnesysteem aan te leggen. Er wordt ook een soort bewaarplaats voor water gebouwd. Er is wel een stroompje, maar als dat stroompje droog is, hebben de mensen natuurlijk toch water nodig. Misschien kunnen we er ook, in samenwerking met hen, iemand neerzetten, die wat medisch onderlegd is. Er komen veel mensen aan met bevroren ledematen en het is erg belangrijk dat die meteen geholpen worden, want als je daar mee door blijft lopen, is het vaak niet meer te redden. Ik hoop dat de actie een beetje vruchten af gaat werpen, dat er ergens mensen zijn die trouw aan de Tibetanen denken en ook hier weer de helpende hand toe willen steken.

Koosje: Hoe besluit u tot welke projecten u overgaat?

Noortje: In principe zou ik alle projecten wel willen steunen. Maar de financiën zijn beperkt. Je kan niet meer uitgeven dan er binnenkomt. Dus je probeert te selecteren op wat het meest noodzakelijk is, wat het meest afgelegen ligt, waar de mensen geen mogelijkheden hebben om andere bronnen aan te boren. Dit jaar staat ook een nieuwe school in het Gandenklooster op het programma. Dat gaat fl. 60.000,- kosten. Door de aanhoudende stroom van vluchtelingen is er alsmaar nieuwe ruimte nodig. We hebben al eens lessenaars gesponsord, zodat de kinderen niet op de grond hoeven te zitten. Want het kan er erg vochtig zijn. Volgens de abt zijn de kinderen nu minder snel ziek. Bovendien zijn de omstandigheden hygiënischer. Desalniettemin zijn de klassen overvol. De kinderen zitten helemaal op elkaar gepropt. Er zijn momenteel zoveel jonge kinderen! Er moet dus een nieuwe school komen. Het zou ook prettig zijn als er een kleine bibliotheek bij kwam, zodat de kinderen die wat ouder zijn, toegang krijgen tot allerlei lectuur, zodat ze alles van de Dharma kunnen weten, maar ook een beetje van de hele maatschappij om zich heen. De bedoeling van het klooster is dat ze de vijf belangrijke onderwerpen van de boeddhistische filosofie onderwezen krijgen, maar daarnaast ook de wat modernere vakken. Daarvoor zijn meerdere lokalen nodig. Al zullen we niet de hele school kunnen financieren, we hopen toch dat we ze een enorme duw in de goede richting kunnen geven.

Koosje: Hoeveel projecten verzorgt u per jaar?

Noortje: Het liefst zo weinig mogelijk. Want als je te veel projecten krijgt, kun je niets goed doen. Er zijn nauurlijk altijd de lopende projecten. Zo moeten er altijd bedragen zijn voor de EHBO posten. Ook hebben we ons een aantal jaren geleden verantwoordelijk gesteld voor het salaris van een leraar Engels in het Gaden Klooster, zodat de kinderen ook Engels leren

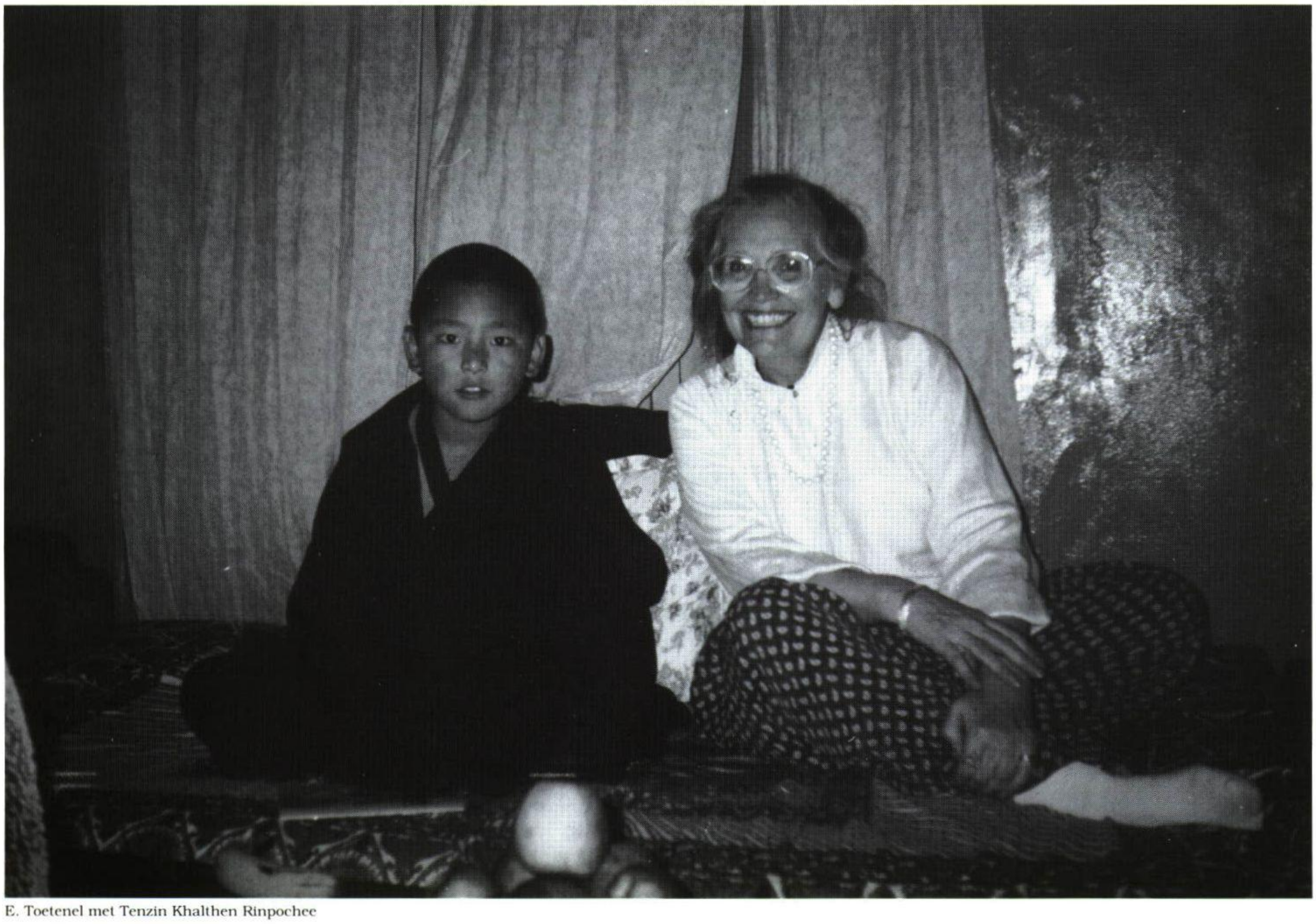
en daardoor wat steviger in de maatschappij komen te staan. We leven nu eenmaal in een modernere maatschappij.

Het derde project van dit jaar is een nieuw gebouw voor het kinderdagverblijf in kamp drie in Mundgod. Twee jaar geleden is het dak in elkaar gezakt en nu zitten de kinderen in zo'n donker hok op elkaar gepakt! In de regentijd leggen ze de baby's op een steen, ondat ze anders in het water liggen. Ik kwam daar dit jaar en vond dat dat niet kon. Er was een Rinpochee die vijfduizend gulden (100.000 Roepies) had gesponsord. Ze hadden nogmaals dat bedrag nodig om te kunnen bouwen. "Ga maar bouwen", heb ik gezegd, "ik zorg voor die andere zesduizend". Toen ik een paar weken later terugkwam in Mundgod, waren ze al aan het bouwen. Ook de ouders en de oude mensen van het bejaardenhuis aan de overkant (die het gebruiken als gemeenschapsruimte) werkten mee. Het moet zo goedkoop mogelijk, dus ze konden het niet uitbesteden aan de Indiase bouwers. Maar ik wil graag dat er ook matten op de vloer komen en twee w.c.'s en twee douches. Nu plassen de kinderen op plaatsen waar ze later weer gaan spelen. Ik hoop dat de kinderen zo hygiëne leren. Als het hier goed werkt, kan het als voorbeeld dienen voor de andere dorpen en ik hoop dat er op den duur in ieder kinderdagverblijf van alle negen dorpen douches en wc's worden gebouwd. Gezondheidszorg begint aan de basis.

Ik ben ook bezoek geweest in het ziekenhuis in kamp drie. Het dak is gebouwd. Het geld wat over was zullen ze besteden aan nieuwe instrumentaria voor het laboratorium.

Koosje: Ik heb begrepen dat u ook fondsen in Nederland aanschrijft?

Noortje: Ja. Natuurlijk ben ongelooflijk blij met elke fl. 2,50 die gestort wordt. Voor sommige mensen is fl. 2,50 al veel, voor anderen is fl 1000,- nog weinig. Maar als je fl. 60.000,- nodig hebt om een school te bouwen, dan moet je wel heel erg veel van die fl. 2,50 krijgen, wil dat lukken. Omdat dat dus ook niet lukte, ben ik zomaar fondsen aan gaan schrijven, waaronder het Ministerie van Buitenlandse Zaken. Ik heb ongelooflijk veel afschrijvingen gekregen, maar, heel lief, er zijn toch ook heel veel fondsen geweest die grote gedeeltes hebben gesponsored. Zo heb ik



E. Toetenel met Tenzin Khalthen Rinpochee

bijvoorbeeld ook Christelijke kloosters aangeschreven en ik moet zeggen, dat zijn trouwe sponsors geworden. Soms een kleiner bedag, maar ik heb toch ook wel eens wat grotere bedragen gekregen.

Koosje: Ik heb begrepen, dat u zich zoveel mogelijk probeert te verantwoorden?

Noortje: Ja dat vind ik een eerste vereiste. Het is geen geld van mij dus ik ben daar min of meer verantwoordelijk voor. Mensen geven iets met een bepaald idee in hun hoofd, ze geven het voor het welzijn van anderen en ik vind dat ik dan alles moet doen wat binnen m'n mogelijkheden ligt om te zorgen dat het ook werkelijk naar de projecten gaat, waar het voor bestemd is. Dat er absoluut geen misbruik van hun geld wordt gemaakt. Dat is prioriteit nummer één. Ik probeer de mensen altijd zoveel mogelijk te informeren, zodat ze weten waar hun geld heen gaat en waar het voor bestemd wordt. Omdat ik hen informatie uit de eerste hand wil geven, ga ik zelf naar het project toe. Ik kan foto's maken en heb dan alle bewijzen in handen dat het werkelijk heel erg nodig is. Aan het eind van het jaar maak ik een jaarverslag, waarin ze kunnen zien wat er van de projecten die op het verlanglijstje stonden gerealiseerd is.

Koosje: Hoeveel procent 'overhead' kosten heeft u?

Noortje: Dat is ongelooflijk laag, moet ik zeggen; 1,6 %. Dat komt ook, omdat ik tot nu toe alle onkosten die de stichting met zich meebracht zelf heb bekostigd. Dan praat ik over fl.1000,- portokosten. Ik heb dat zelf kunnen dragen, omdat ik een baan had. Nu ben ik met de VUT en ik denk dat de 'overhead' kosten wel een paar procent meer gaan worden in de toekomst, omdat het mij wat zwaarder zal vallen om de grote telefoonrekeningen enz. zelf te financieren. Maar ondanks dat blijven de onkosten nog enorm laag, omdat ik geen kantoor heb en vrijwillig werk. Ik heb hieromtrent wel eens advies gevraagd aan mijn Lama en kreeg als antwoord dat ik het maar vol moest houden op deze manier, omdat het goed was zoals het ging. Het kan natuurlijk altijd beter. Dat probeer ik ook met vallen en opstaan. Ik heb veel moeten leren van m'n eigen fouten en probeer die fouten te vermijden. Ik probeer de 'Dolma' zo helder mogelijk te houden.

Koosje: Heeft u nog een boodschap voor de lezers van het Maitreya Magazine?

Noortje: Wat moeilijk! Nee, ik denk niet dat ik het niveau heb om een ander een boodschap te geven. Uit m'n eigen ervaring zou ik zeggen: "Word allemaal boeddhist want dan word je een stuk gelukkiger". Dat zou ik iedereen dus aanraden. Als mensen mij vragen wat ze moeten doen, dan zeg ik "Word maar gauw boeddhist". Volgens mij is dat de meest perfecte methode die er is. De hele methode heeft zoveel niveau's. Ik bedoel, op welk niveau van spirituele ontwikkeling je ook bent, de heel intelligenten, de ver gevorderden of degenen die helemaal, zoals ik, als een klein kind zijn, er is voor elk wat wils.

Koosje: Heeft u nog een hartewens?

Noortje: Ja. Natuurlijk zou ik wensen dat iedereen zo gelukkig is om net als ik zo'n goede leraar te ontmoeten. Want dan gaat je leven er toch anders uitzien. Dat zou ik iedereen toewensen. Op het moment dat je een leraar hebt, verandert er iets. Dat weet ik uit ervaring. Je kan dan nog zo ongelooflijk dom zijn, het kan lang of kort duren, maar dan leer je toch. Dat is mijn hartewens, dat zou ik iedereen toewensen want dat brengt geluk, wat niet meer zo afhankelijk is van omstandigheden.

Koosje: Dank u wel!

Door: Koosje van de Kolk.

Stichting

TIBET-FONDS 'DOLMA'

correspondentie-adres:
E. Toetenel
Joh. Camphuysstraat 97
2593 CK Den Haag
Tel.: 070 - 347 48 29

LAMA OSEL 11 JAAR

Lama Osel with Lama Zopa Rinpoche and Geshe Losang Gendun at Sera Monastery in September 1995.

LAMA OSEL RINPOCHEE 11 JAAR

Met een lang leven puja en een picnic (inclusief grote verjaardagstaart) vierde Lama Tenzin Oṣel Rinpoche, de reïncarnatie van wijlen Lama Thubten Yeshe, zijn elfde verjaardag in het Kopan Klooster te Nepal. Kopan is de naam van een heuvel in de Kathmandu vallei waar het 'moeder-klooster' van de FPMT is gevestigd. Er wonen meer dan honderd monniken, er is een nonnen klooster gevestigd en er worden regelmatig cursussen voor westerlingen gehouden.

Lama Osel woont meestal in de Sera Klooster Universiteit in zuid India met zijn vader en jongere broer. Hij vond het heel leuk om weer in Nepal te zijn en te zien hoe mooi de nieuwe gompa (meditatie- en gebedshal) op Kopan geworden is. Het gebouw is bijna af en er worden nu bomen, struiken en bloemen geplant ter verfraaing van het geheel.

Lama Osel zal eind maart ook de Bhumi Puja, de speciale grond-inwijdings ceremonie, in Bodhgaya, India, bijwonen. Hier vindt de ontginning van het land plaats waarop een enorm beeld van Maitreya Boeddha zal worden gebouwd. Het beeld zal niet alleen als bron van inspiratie en bedevaartsplaats dienen, maar ook als educatief centrum en centrum van ontwikkelingswerk in de omgeving (zie MM jrg. 17, nr. 4 over het werk dat aldaar door het Root Institute gedaan wordt). Twee van de mensen die hierbij nauw betrokken zijn, zijn de Nederlanders Gelong Marcel Bertels en Gabriel Forrer van het Root Instituut.

Door: Paula de Wijs-Koolkin.

VERSCHIJNSELEN VANUIT DE LEEGTE

Het nieuwe seizoen is inmiddels al weer in volle gang. Het eind van 1995 werd afgesloten door een retraite van 15 studenten onder leiding van Ani-la Tenzin Kelsang. De laatste lessen van het jaar van Geshe Sonam Gyaltsen werden op 19 december bekroond met een Lang-leven initiatie door Geshe-la, waarbij een 80-tal studenten aanwezig waren. Dit was voor de studenten en het bestuur tevens een goede gelegenheid om Geshe-la te bedanken voor de grondige, authentieke maar ook humoristische en uiterst toegankelijke lessen die ons ten deel vallen. De rust-periode in januari werd door veel van onze studenten gebruikt door de fantastische lessen van de in Parijs woonachtige Lama Dagpo Rinpochee bij te wonen in Rotterdam, Amsterdam en Amstelveen. Op 19 februari vierden 50 studenten samen met Geshe-la het Tibetaanse nieuwjaar, Losar en op 10 maart reisde een delegatie van ons Instituut per bus naar Brussel teneinde deel te nemen aan een mars ter herdenking van de Tibetaanse opstand.

Van het bestuursfront is hetvolgende te melden: ons comite-lid Alex de Haan heeft aangeboden onze assistant director, Thirza Happe, in meer dagelijkse activiteiten bij te staan. Alex zal enkele dagen per week in Emst doorbrengen om allerlei achterstallige klussen aan te pakken. Opnieuw een stap in de goede richting. Op deze manier wordt het draagvlak van ons centrum verbreedt en de werkdruk beter verdeeld, waardoor we beter in staat zijn een regelmatig en duurzaam programma aan onze leden en studenten aan te bieden. Veel dank, Alex. Wat staat er ons de komende maanden te wachten?

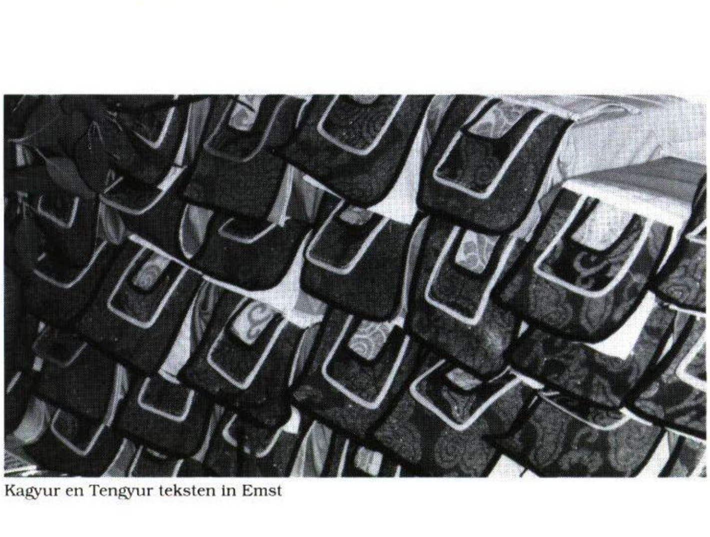
Het vaste studieprogramma onder leiding van Geshe Sonam Gyaltsen zal ons elke twee weken kunnen verrijken over de bekende teksten: Bodhicharyavatara en Gyu Lama. Daarnaast wordt er in april een Tara-retraite georganiseerd.

Geshe Sonam Gyaltsen zal vanaf 1 juni een drietal maanden in India verblijven om zijn afsluitende examens te doen. In verband met zijn afwezigheid hebben wij dit jaar een alternatief zomerprogramma. Allereerst verwachten we in de periode 17-23 juni een bezoek van Alexander Berzin, een van de meest vooraanstaande westerse studenten van het Tibetaans Boeddhisme. Hij staat bekend als een groots vetolker van de Boeddhadharma voor het Westerse publiek. Hij is een van de vertalers van Zijne Heiligheid de Dalai Lama, op wiens verzoek hij al ettelijke jaren naar geisoleerde landen reist in Azie, Oost-Europa, Afrika en het Midden-Oosten om contacten te leggen met in het Boeddhisme geinteresseerde mensen. Hij zal een aantal lezingen in Nederland geven, waaronder enkele avondlezingen in de Randstad en een weekendcursus in Emst getiteld "Een kennismaking met het Tibetaans Boeddhisme; wat betekent het voor de Westerse mens?".

Wij zijn ook verheugd mee te delen dat Lama Dagpo Rinpochee onze uitnodiging heeft geaccepteerd om het laatste weekend van juni (29-30) te komen onderwijzen. Deze lessen zullen worden voorafge gaan door een andere cursus van Lama Dagpo Rinopochee die georganiseerd zal worden door Kadam Choling op een andere plaats in Nederland. Het zomerprogramma zal traditiegetrouw worden afgeslo ten met de Zomer Lam Rim Cursus die in eind juli zal worden gehouden. Dit keer zal hij worden onderwezen door Thubten Pende, een van de eerste leerlingen van Lama Yeshe en Lama Zopa en een gerenomeerde Dharma-student, met veel ervaring in Lam Rim onder wijs en beoefening. Voor wie al deze inspirerende vooruitzichten nog niet genoeg is, wijs ik u nog op het bezoek dat Zijne Heiligheid de Dalai Lama deze zomer opnieuw aan Europa zal brengen, dit maal aan London (July 17-18).

Wij mogen onszelf verheugen in de nabijheid te zijn van zoveel gerealiseerde en veelzijdige leraren die ons in de komende maanden komen bezoeken. De Dharma wordt ons aangereikt alsof het zoete broodjes zijn; wij dienen het slechts in ons op te nemen en er naar te handelen in de praktijk. Dat blijkt vaak moeilijker gedaan dan gezegd. Elke dag opnieuw laten we ons leiden door onheuse emoties die vervolgens handelingen te weeg brengen waarop allerlei reacties volgen. Zo wordt ons leven nodeloos complex. Als we nu eens alleen de zinvolle gedachten en emoties serieus zouden nemen, dan zou ons leven simpel en tegelijkertijd volmaakt zijn. We moeten het blijven proberen, elke dag opnieuw, dat is alles wat we kunnen doen.

Sander Tideman, voorzitter.


Jan Paul Kool

Kagyur en Tengyur teksten in Emst

VERZOEKEN OM GEBEDEN

VERZOEK VAN LAMA ZOPA AAN DE STUDENTEN VAN DE FPMT CENTRA

Het zou goed zijn als in zoveel mogelijk FPMT centra de 'Offerande aan de Medicijn Boeddha' regelmatig gedaan wordt. Deze beoefening is uitermate krachtig en heilzaam, vooral als het gedaan wordt met uitgebreide offergaven, die op een mooie manier zijn gerangschikt. De offerande is zeer heilzaam voor de FPMT centra, voor stervenden en voor hen die reeds gestorven zijn. Ook voor het individuele succes van alle soorten activi teiten.

Als er mensen zijn die de tijd en energie hebben om deze 'poedja' te doen en offergaven aan te bieden, kunnen zij dat mede doen voor hen die daar geen tijd en energie voor hebben. Het is zo dat er altijd veel studenten zijn die geen of weinig tijd hebben om te beoefenen, die het te druk hebben. Die mensen kunnen wel offergaven laten aanbieden, zodat ze toch in staat zijn positieve verdiensten te creëren. Als ze weten wanneer de poedja plaatsvindt, kunnen ze vanuit hun huis, auto of kantoor, ook nog eens mentaal de offergaven aanbieden aan de Spirituele Meesters en de Drie Juwelen. Dit is een goede manier om het centrum te helpen zich te ontwikkelen en individuen te helpen om Dharma te beoefenen.

In het Maitreya Instituut zal de Offerande aan de Medicijn Boeddha gedaan worden op elke dertigste van de maanmaand (zie overzicht van gebedsdiensten elders in het blad). Iedereen die wil komen is welkom. Het is ook mogelijk donaties te doen en de namen op te geven voor hen waarvoor een speciale intentie zal worden opgedragen. U kunt dit doen via Koosje. Iedereen die op afstand offergaven wil aanbieden kan dat doen op rekeningnummer: Postbank nr. 6901668 of ING bank nr. 65.70.24.481 ten name van Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst, onder vermelding van: Donatie Medicijn Boeddha.

VERZOEK VAN HET CENTRAL OFFICE VAN DE FPMT

Naar aanleiding van een verzoek van het CENTRAL OFFICE van de FPMT worden er door de gezamenlijke studenten van het Maitreya Instituut zoveel mogelijk verzen van de 21 Tara's gereciteerd. Dit om obstakels in de gezondheid van Lama Zopa op te heffen en voor een succesvol verloop van de bouw van het Maitreyabeeld in Bodhgaya.

VERZOEK VAN HET SECRETARIAAT VAN ZIJNE HEILIGHEID DE DALAI LAMA EN GESHE SONAM GYALTSEN AAN DE STUDENTEN VAN HET MAITREYA INSTITUUT

Op basis van observaties en dergelijke is het verzoek uitgegaan om dit jaar per persoon 200.000 manimantra's te reciteren voor het lange leven van Zijne Heiligheid de Dalai Lama. Geshela verzoekt u om als u denkt dat het zin heeft, zoveel mogelijk Manimantra's te reciteren OM MANI PADME HUM. Als u bij zou willen houden hoeveel mantra's u heeft gereciteerd, dan kunnen wij daar in de loop van het jaar gezamelijk verslag van uitbrengen en melden dat in Nederland door een groep van boeddhistische studenten zoveel mantra's zijn gereciteerd.

Een tweede mantra waar om gevraagd werd is de 'Bendze Goeroe' mantra, de mantra van Goeroe Rinpochee, Padmasambhava: OM AH HUM BENDZE GURU PADME SIDDHI HUM.

Probeer zoveel mogelijk om de motivatie in de gaten te houden en zeg de mantra's ook echt met de wens dat Zijne Heiligheid lang leeft!
Het aantal door u gereciteerde mantra's kunt u doorgegeven aan Alex de Haan die het geheel zal coördineren. Dit jaar zullen we met de feestdag van de historische Boeddha Sakyamoenie (SAKA DAWA) op 1 juni in het Maitreya Instituut een speciale dag organiseren, waarbij zoveel mogelijk manimantra's worden verzameld. Vergeet niet u van tevoren aan te melden.

OPROEP AAN LENERS VAN DE BIBLIOTHEEK.

Studenten van het Maitreya Instituut kunnen sinds jaar en dag gebruik maken van de mogelijkheid om boeken te lenen uit de bibliotheek. Voor deze dienst worden tot nu toe geen kosten in rekening gebracht. Dit willen we graag zo houden, maar dan moeten de leners zich ook aan de spelregels houden. Deze zijn:

- **boeken die alleen ter inzage liggen, mogen niet mee naar huis,**
- **de kaarten van geleende boeken worden door de lener ingevuld,**
- **terugbezorgde boeken worden in de speciale bak gelegd,**
- **de uitleentermijn van drie maanden wordt niet overschreden.**

Op het moment ligt het merendeel van de uitgeleende boeken meer dan drie maanden bij de leners thuis. Wij doen een dringend beroep op al diegenen die de uitleentermijn van drie maanden hebben overschreden het geleende boek terug te bezorgen of het op te sturen. Misschien is het al zolang geleden dat u het boek meenam, dat u niet meer weet dat u het in huis heeft. Neem alstublieft even de moeite om in de boekenkast te kijken en als u er een boek uit de bibliotheek van het Maitreya Instituut vindt, schroom dan niet om het terug te (laten) bezorgen. De boeken zijn er voor alle studenten en we doen niet alleen onszelf, maar ook anderen tekort wanneer we een geleend boek te lang in ons bezit houden. Laten we bijdragen aan het creëren en het instandhouden van een goed lopende bibliotheek die de Dharma kosteloos voor alle studenten toegankelijk wil houden.

Met ingang van 1996 is besloten tijdens de cursussen de volgende openingstijden te hanteren voor de bibliotheek:

vrijdag	**19.15 - 19.45**
zaterdag	**14.15 - 14.45 en 19.15 - 19.45**
zondag	**14.15 - 14.45**

Met dank voor uw begrip en de eventueel te nemen moeite, het comité.

Boerderij 'RUIMTE'

Centrum voor Retraite

* Iedere maand gelegenheid voor individuele retraite (met of zonder begeleiding).

* Hulp bij veranderingsprocessen in werk en persoonlijk leven.

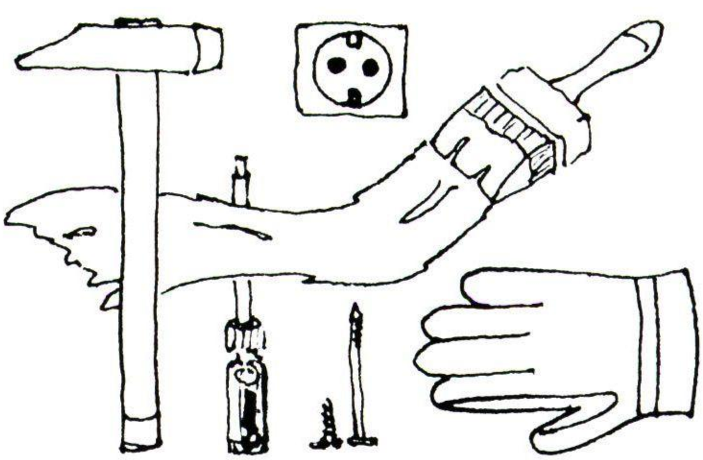
* Belevings- en vakantieweken (hemelvaart, zomer, kerst).

* Trektochten in de Pyreneeën (met o.a. t'ai chi)

Onze sfeervolle boerderij is ook te huur voor groepen tot 16 personen (heerlijke vegetarische maaltijden).

brochure:
Centrum I.P.W. (integrale persoons en werkontwikkeling),
Leny Rusticus en Will Pleizier
Stuurmansweg 2a, 8275 AJ 's-Heerenbroek (bij Zwolle),
038 3557463

VRIJWILLIGERS GEZOCHT



We zoeken mensen die handig zijn en zich willen inzetten om het onderhoud van de gebouwen van het Maitreya Instituut op peil te houden. Gedacht wordt aan mensen die regelmatig een dag kunnen komen klussen voor bijvoorbeeld timmer-, schilder- of electriciteits werkzaamheden.
Heeft u interesse in of vragen over deze werkzaamheden, belt u dan met Alex de Haan, werkgroep terrein/gebouwen: 0343-415937 of met het Maitreya Instituut.

HET MAITREYA INSTITUUT ZOEKT NIEUWE BEWONERS

Geboden worden:
- rust en ruimte in een bosrijke omgeving;
- leven in de directe nabijheid van een volledig gekwalificeerde spirituele leraar;
- optimale gelegenheid om de Boeddha Dharma te studeren.

Gevraagd worden:
- bereidheid te functioneren in een boeddhistische gemeenschap;
- bereidheid je te houden aan een aantal leefregels;
- bereidheid mee te werken aan voorkomende werkzaamheden en
- een positieve instelling t.o.v. het Maitreya Instituut.

Wonen en werken in een gemeenschap als het Maitreya Instituut biedt aan de juiste persoon met de juiste motivatie de gelegenheid om met de snelheid van het licht positieve energie en verdienste te creëren, negatief karma te zuiveren en vooruitgang te boeken op het pad naar de verlichting voor het welzijn van alle wezens.

Jan Paul Kool

Maitreya Instituut in Emst

INZAMELINGSACTIE VOOR GESHELA'S REIS NAAR INDIA ZOMER 1996

Begin juni reist onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, naar zijn klooster in India om aldaar de laatste onderdelen van zijn examens in de boeddistische tantra's af te leggen. Wij zijn Geshela bijzonder dankbaar voor zijn besluit om in september voor langere tijd bij het Maitreya Instituut terug te keren. Diverse studenten hebben onafhankelijk van elkaar het idee opgevat om Geshela wat extra geld mee te geven voor zijn reis naar India deze zomer. U kunt natuurlijk ook uw steentje bijdragen.

Het geld dat we voor dit doel verzamelen kan Geshela besteden ten gunste van zijn klooster op een wijze die hij zelf het beste acht. Het lijkt me goed dat wij onze waardering voor Geshela op deze wijze duidelijk maken. We horen regelmatig dat hij in het Gaden Klooster wordt gemist. Op deze wijze kunnen wij toch iets voor het klooster "terug doen".

Er komen nog steeds nieuwe vluchtelingen uit Tibet aan, die bij de kloosters aankloppen. Behalve voor de nieuwe vluchtelingen is er altijd geld nodig voor voedsel, kleding, ziekenzorg en onderdak voor de kloosterlingen. In India is het vluchtelingenbeleid niet zoals in Nederland, waar in ieder geval in de eerste levensbehoeften wordt voorzien. Daarom laten we Geshela niet met lege handen naar India gaan. Hieronder volgt een suggestie voor iedereen die ook een bijdrage wil leveren.

Geshela zegt steeds dat het beter is om elke dag 5 minuten te mediteren dan één keer in het jaar een retraite van een week te doen. Hetzelfde geldt voor de beoefening van vrijgevigheid.

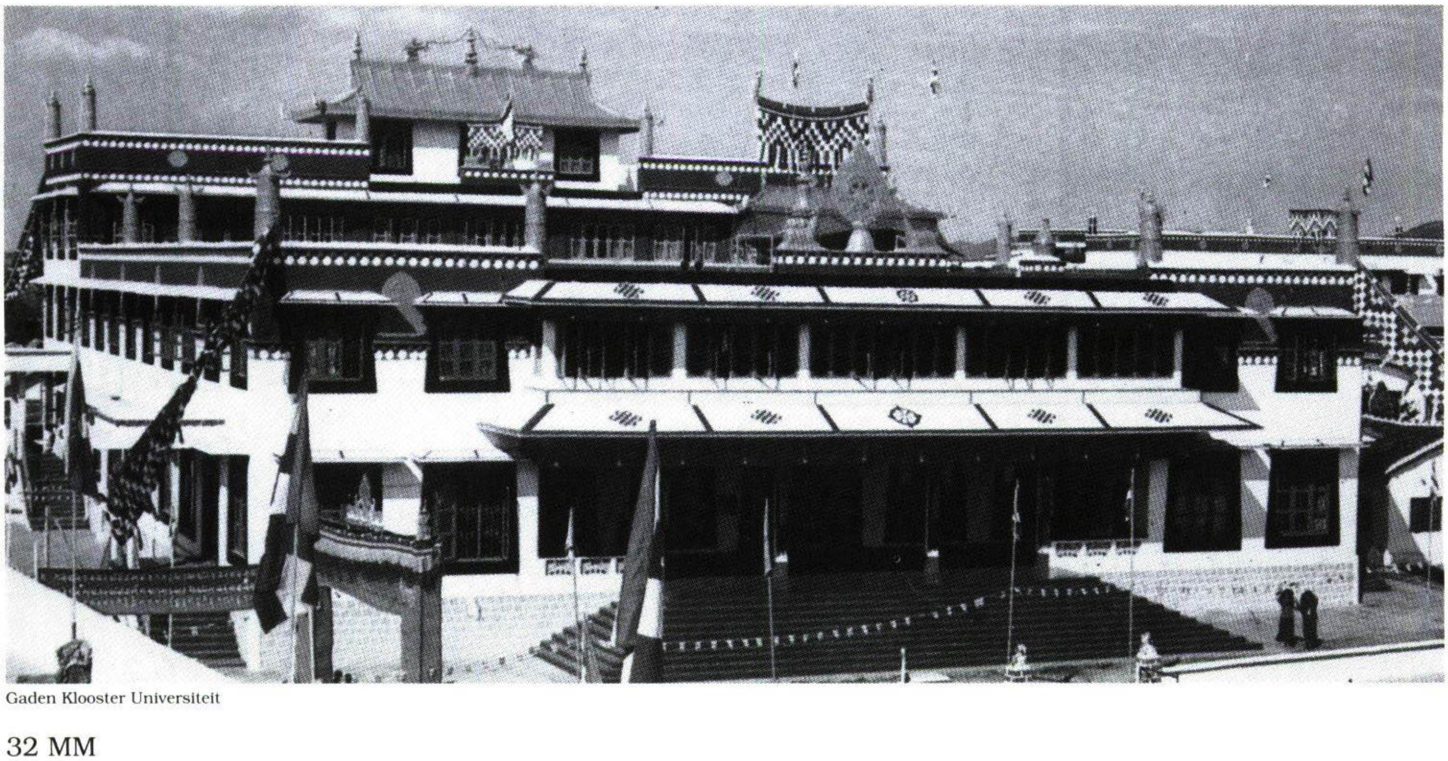
Daarom stel ik voor dat iedereen die mee wil doen thuis een potje neerzet en daar elke dag iets in doet. Al is het maar een dubbeltje, kwartje of gulden. Dan verzamelt u met deze offergave dagelijks een hoop positieve energie en voor de zomer nog een aardig spaarbedragje bij elkaar.

2 maanden lang een dubbeltje per dag levert f 6,— op;
2 maanden lang een kwartje per dag levert f 15,00 op;
2 maanden lang een gulden per dag levert f 60,— op.

Op deze manier kan iedereen op zijn/haar manier meedoen en als genoeg mensen meedoen, kan dat alles bij eklaar een aardig bedrag opleveren. In India wordt dat nog eens minstens 17x zoveel,vanwege de gunstige guldenkoers.

Tijdens de laatste lessen in mei, voordat Geshela naar India gaat, kunt u het gespaarde bedrag bij het Maitreya Instituut afgeven of u maakt het over op **Postbank nr.:6901668 of de ING-bank te Epe rek.nr. 65.70.24.481 ten name van Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst onder vermelding van Donatie Geshela-India reis.**
Doet u mee?
Voor meer informatie kunt u bellen met: Amrit Rienks, tel. 038-422 52 38, of met het Maitreya Instituut. Let u op de gewijzigde kantoortijden: zondag t/m vrijdag van 9 tot 16.00 uur.

Door: Amrit Rienks.



Gaden Klooster Universiteit

WISDOM AND COMPASSION

THE SACRED ART OF TIBET

EXPANDED EDITION

By Marylin M. Rhie
and Robert A.F. Thurman
Photographs by John Bigelow Taylor

Bibliography, glossary, index. 353 illustrations, including 338 in full color, 488 pages, 225 x 299 mm, ISBN 0-8109-3985-1, Dfl. 139,- (available April)

Acclaimed as the most important book ever published on Tibetan painting and sculpture when it first appeared in 1991, this landmark volume has now been expanded to include 81 additional examples of superb Tibetan sacred art. Drawn from museums and private collections around the world, nearly all the works in *Wisdom and Compassion* are reproduced in rich full color.

Written by renowned experts Marylin M. Rhie and Robert A.F. Thurman to accompany the third cycle of the related major exhibition (which opens first in Bonn in April 1996 and then travels to Spain and Japan), this Expanded Edition breaks more new ground in the scholarship of Himalayan Buddhist art and thought.

Wisdom and Compassion illustrates, explains, and celebrates 241 of the finest examples of Tibetan sacred art spanning the 9th through the 19th century, offering insights into the religious meaning and use of tangkas, Buddhist iconography, and the aesthetics of tangka paintings, sculptures, and mandalas. Invitingly readable essays present the basic concepts of Tibetan Buddhist art and its background in religious beliefs and practice, so that even the reader who is unfamiliar with Buddhism and Asian cultures can come to appreciate this profoundly spiritual art on its own terms.

Marylin M. Rhie is Jessie Wells Post Professor of art and East Asian studies at Smith College, Northampton, Massachusetts, and a leading scholar of the Buddhist arts of East Asia. Robert A.F. Thurman, a celebrated and widely published Buddhologist, is Jay Tsong Khapa Professor of Indo-Tibetan Buddhist Studies in the Department of Religion at Columbia University, New York, where he heads the American Institute of Buddhist Studies.

Left to right: Arhat Kalika. China, late 14th century. Gilt bronze. The Los Angeles County Museum of Art. Nasli and Alice Heeramaneck Collection. *Particle Mandala of Kalachakra.* 1985. Sand mixed with mineral pigments. Ethnographic Museum of the University of Zurich. Photo by Peter Nebel and Martin Brauen. *Great Adept Nagpopa (Padampa Sangyey).* Tibet, mid-14th century. Bronze, with coper and silver inlay. The Los Angeles County Museum of Art.

For inquiries and orders
HARRY N. ABRAMS B.V.
P.O. BOX 34, 2110 AA AERDENHOUT, HOLLAND
PHONE: 023-5249031 - FAX: 023-5244709

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN EN DE BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN

MAART T/M JULI 1996

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN

Februari

ma.	26 (8)	Wassende maan Tara Offerande
wo.	28 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters

Maart

di.	5 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften
zo.	10	Mars in Brussel ter herdenking van de Tibetaanse opstand in Lhasa in 1959
do.	14 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
di.	19 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
wo.	27 (8)	Wassende maan Tara Offerande
vr.	29 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters

April

wo.	3 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften
za.	13 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
wo.	17 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
vr.	26 (8)	Wassende maan Tara Offerande
zo.	28 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters

Mei

vr.	3 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften
zo.	12 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
vr.	17 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
za.	18 (1)	Eerste dag van Saka Dawa
za.	25 (8)	Wassende maan Tara Offerande
ma.	27 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters

Juni

za.	1 (15)	Volle maan mantra recitatie Acht Mahayana Voorschriften
wo.	12 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
za.	15 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
ma.	24 (8)	Wassende maan Tara Offerande
wo.	26 (10)	Offerande aan de Spirituele Meesters

Juli

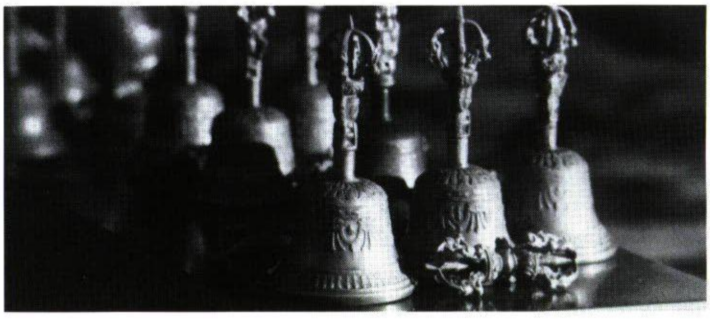
ma.	1 (15)	Volle maan Tara Offerande Acht Mahayana Voorschriften
za.	6	Offerande aan de Spirituele Meesters I.v.m. geboortedag Z.H. de Dalai Lama
wo.	10 (25)	Offerande aan de Spirituele Meesters
ma.	15 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha

Als u de nacht na afloop van een gebedsdienst of de nacht voorafgaande aan de dag van het nemen van de Acht Mahayana Voorschriften in het Maitreya Instituut wilt overnachten, hoeft u alleen de kosten van evt. maaltijden en 's winters een bijdrage aan de stookkosten te betalen. Wel dient u steeds contact op te nemen i.v.m. de wisselende aanvangstijden van de gebedsdiensten en van de Acht Mahayana Voorschriften.

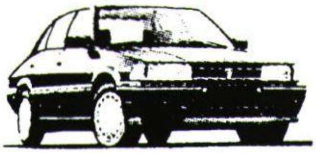
BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN

zo. 10 maart:	Herdenking van de Tibetaanse opstand in Lhasa en mars in Brussel voor zelfbeschikking van de Tibetanen en tegen de Chinese onderdrukking.
di. 15 maart:	Herdenking van de wonderen van de Boeddha; Acht Mahayana Voorschriften.
za. 1 juni:	Saka Dawa, feestelijke herdenking van de geboorte, de verlichting en het overgaan in parinirvana van e historische Boeddha Sakyamoenie.
Za. 6 juli:	Viering van de geboortedag van Z.H. de Dalai Lama met een Offerande aan de Spirituele Meesters
vr. 19 juli:	Herdenking van het eerste onderricht door de Boeddha Sakyamoenie in Sarnath.

NB: IN DE MAANDEN JANUARI EN AUGUSTUS ONTVANGT HET MAITREYA INSTITUUT GEEN BEZOEKERS. IN DE PERIODE JUNI T/M SEPTEMBER IS ONZE VASTE LERAAR DE EERWAARDE GESHE SONAM GYALTSEN AFWEZIG.



CURSUSINFORMATIE



Per auto bereikt u ons centrum, gelegen aan de Heemhoeveweg 2 (of Laarstraat 27) te Emst:
Vanuit Amersfoort de A 28 richting Zwolle. Afslag Epe/Nunspeet richting Epe. Vlak voor Epe zijn stoplichten. Ga rechtsaf richting Emst. Na een paar honderd meter weer rechtsaf, net voor het Chinese restaurant 'De Lange Muur' de Laarstraat in. Na ongeveer één kilometer schuin linksaf de zandweg in. Dit is de Heemhoeveweg. Inrit en parkeerplaatsen rechts. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.
Vanaf de A 50 afslag Epe/Nunspeet. Bij de stoplichten linksaf richting Emst. etc.

Per bus nr. 124 vanaf NS station Apeldoorn of Zwolle is het Maitreya Instituut te bereiken als u uitstapt bij de halte Laarstraat, tussen de dorpen Emst en Epe. Daar is een Chinees restaurant 'De Lange Muur', waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets kunt drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij dit restaurant. U kunt ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat in te gaan tot na ongeveer één kilometer schuin links een zandweg begint. Dit is de Heemhoeveweg. Voorbij het weiland ligt nu aan uw rechterhand het Maitreya Instituut.

Elke cursist wordt verzocht pantoffels of slippers mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor F 5,- per keer. U kunt ze natuurlijk ook zelf meenemen. Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald. Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De cursussen worden tegen kostprijs aangeboden. U dient wel lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Indien uw financiële situatie dit noodzakelijk maakt, kunt u vooraf verzoeken om korting.

VOORWAARDEN VOOR DEELNAME

Deelnemers aan cursussen dienen lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Iedereen dient zich op het cursusterrein te houden aan de 5 voorschriften. Deze zijn: 1. niet doden, 2. niet nemen wat niet is gegeven, 3. geen sex, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of anderszins bedwelmende middelen gebruiken. De vegetarische maaltijden worden verzorgd door professionele koks.

AANMELDING EN BETALING CONTRIBUTIE

Aanmelding voor een cursus kan telefonisch van 9.00-16.00 uur, elke dag behalve op zaterdag.
Uw contributie wordt definitief na ontvangst van het cursusgeld dat uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus dient te worden voldaan op Postbankrekening 6901668 of I.N.G. Bank Epe op rekening 65.70.24.481 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst met vermelding van de **cursusdatum.**
Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur aan honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

RETRAITES

Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding van onze monniken. Individuele retraite of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

GEBEDSDIENSTEN

Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met belangrijke poedja's zal steeds in het magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

VERHUUR CURSUSRUIMTE

Het cursusgebouw is te huur voor groepen van minimaal 25 personen. Vraag naar onze folder.

PROGRAMMA 1996

GYU LAMA, HET BOEDDHA POTENTIEEL.

De Gyu Lama, 'De Altijd Voortgaande Stroom' beschrijft het boeddha-potentieel, dat ook wel boeddhanatuur wordt genoemd. Dit onderricht behoort tot de leer van het Grote Voertuig, het Mahayana, en wordt het vierde van de meer gevorderde onderdelen in het studieprogramma waarmee het Maitreya Instituut onder de deskundige leiding van de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen in 1993 van start ging. Dit onderdeel is een 'must' voor al degenen die als boeddhist volledig gebruik willen maken van het mensenleven.

De Gyu Lama is één van de vijf grote Mahayana teksten die werden onderwezen door Maitreya en opgetekend door Asanga. Dit gebeurde nadat Asanga zijn inspanningen in een retraite van 12 jaar op liefde (Maitri), waarbij hij op Maitreya mediteerde om diens zegening en inspiratie te verkrijgen, beloond zag.

Het bestuderen van deze tekst en de daaruit voortvloeiende inzichten zullen ons helpen om echt toevlucht te nemen. We zullen vastberaden en vol zelfvertrouwen optimaal gebruik kunnen maken van het potentieel, dat de basis is van en de mogelijkheid voor onze spirituele ontwikkeling naar het hoogste niveau van evolutie, het volmaakte boeddhaschap.

De traditionele basistekst omvat 'zeven diamanten onderwerpen'. De eerste drie zijn gerelateerd aan de oorzakelijke toevlucht: de Boeddha, diens leer en de spirituele gemeenschap. De andere vier hebben betrekking op de bron en de resultaten: ons eigen boeddha-potentieel, de staat van boeddhaschap, de kwaliteiten van zo'n staat van geest en tenslotte de verlichte activiteiten die eruit voortkomen.

Deze zeven onderwerpen zijn tesamen met de voordelen van het bestuderen ervan, neergeschreven in vijf hoofdstukken, welke door onze eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen maandelijks worden gepresenteerd.

De data in 1996 zijn als volgt gepland:
22 t/m 24 maart
19 t/m 21 april
17 t/m 19 mei

KOSTEN: F 180,- als los weekend of F 150,- als studieprogramma student voor minimaal één seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond om 20.00 uur.
AANMELDING: Telefonisch: 0578-661450.

HET ONDERNEMEN VAN DE BEOEFENINGEN VOOR BODHISATTVA'S (BODHISATTVACARYAVATARA).

Bodhisattva's zijn degenen die gemotiveerd door mededogen en liefde voor het heil en welzijn van alle voelende wezens het boeddhaschap willen bereiken. Hun motivatie noemen we de verlichtingsgeest. Deze bodhisattva's trainen zich in de vervolmaking van hun eigen kwaliteiten middels de beoefening van de zes perfecties. De tien hoofdstukken van de basistekst beschrijven de training in deze zes beoefeningen van perfectie. Inmiddels zijn de eerste vier perfecties uitgebreid toegelicht. De eerste helft van 1996 wordt de beoefening van meditatieve concentratie en in het najaar van 1996 het ontwikkelen van wijsheid uitgelegd door onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen. De twee semesters over meditatieve concentratie en wijsheid zijn ook als aparte 'blokken' te volgen.

Het onderricht over de beoefeningen voor bodhisattva's is het algemene programma van het Maitreya Instituut en staat daarom open voor iedereen, beginners en gevorderden. U kunt zich ook gerust opgeven voor één of meer losse cursusweekenden, die steeds onder een thema-titel een afgerond geheel vormen. Zo is het volgen van een thema-weekend een uitstekende manier om kennis te maken met de boeddhistische leer in het algemeen en het Maitreya Instituut en haar vaste leraar Geshe Sonam Gyalt sen in het bijzonder.

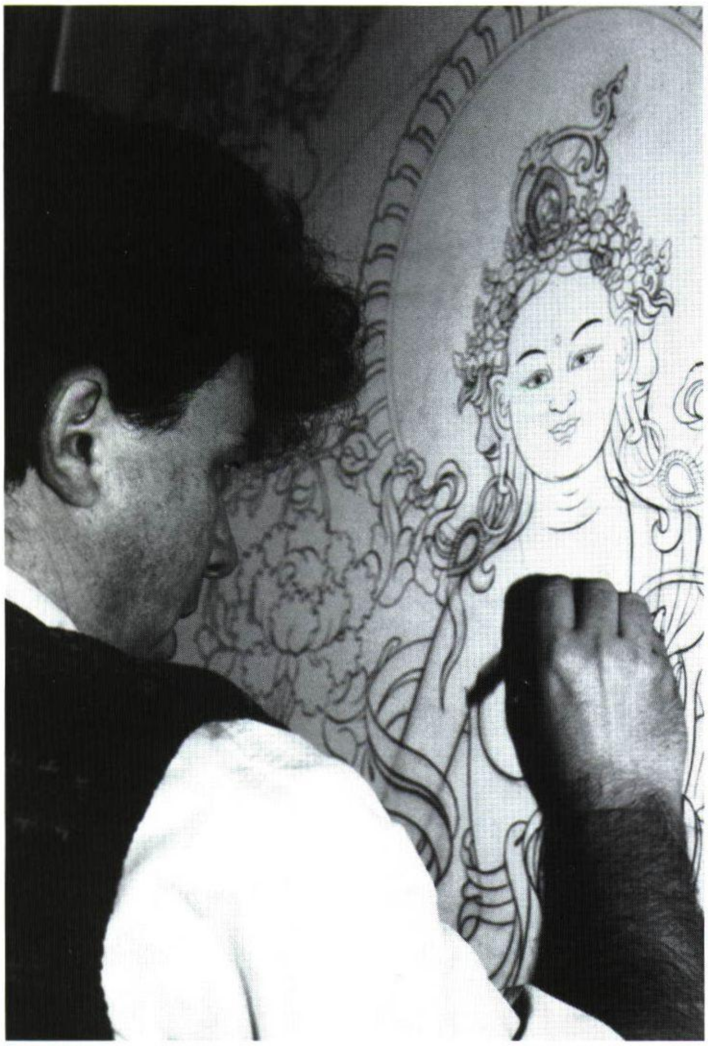
De voorlopige indeling van 'DE BEOEFENINGEN VOOR BODHISATTVA'S' in 1996 ziet er als volgt uit:
MEDITATIEVE CONCENTRATIE
9 t/m 11 februari
8 t/m 10 maart
5 t/m 7 april
3 t/m 5 mei

ZELFLOOSHEID EN LEEGTE
11 t/m 13 oktober
8 t/m 10 november
6 t/m 8 december.
Vanaf oktober zal Geshela het hoofdstuk over wijsheid behandelen en uitweiden over zelfloosheid, de leegte van inherent bestaan. De filosofische standpunten van alle boeddhistische scholen zullen worden toegelicht.

Na de hoofdstukken over meditatieve concentratie en wijsheid volgt het hoofdstuk over toewijding van de verzamelde verdienste. De verschillende hoofdstukken kunnen ook als afzonderlijk semester, als 'blok'

worden gevolgd. De presentatie leent zich ook voor een kennismaking met het boeddhistisch onderricht zoals dat in het Maitreya Instituut wordt gegeven.

15 t/m 18 maart
Meditatief teken- en schilderweekend
Onderwerp: De Witte Tara
Door: Andy Weber
Voertaal: Engels.



Jan Paul Kool

Andy Weber

Vanwege de grote belangstelling voor het leren tekenen en schilderen van de verschillende Boeddha-vormen, zal de in Engeland woonachtige thanka-schilder Andy Weber opnieuw een cursus begeleiden, waarin naast het daadwerkelijke tekenen en schilderen, ook de theoretische aspecten aandacht krijgen. Het schilder onderwerp is de Witte Tara. Zij is de Boeddha van lang leven, wijsheid en poëzie. Tara is een van de meest populaire boeddha's van het Tibetaans boeddhistisch pantheon.De cursus is tevens een voorbereiding op de langere zomer-schilder-cursus, waarin de studenten die dit weekend beginnen, hun schildering onder leiding van Andy Weber kunnen voltooien.

KOSTEN: F 260,-
AANVANG: Vrijdagavond 15 maart om 20.00 uur.
EINDE: Maandagmiddag 18 maart na de lunch.
AANMELDING en AANVRAAG MEER INFORMATIE:
Tel : 0578-661450
Fax: 0578-661851.

LET OOK OP DE VERVOLG SCHILDER CURSUS VAN 13 T/M 27 JUNI.

22 t/m 24 maart
DE ALTIJD VOORTGAANDE STROOM (GYU LAMA)
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Zie aankondiging over Gyu Lama, het boeddhapotentieel, aan het begin van dit programma overzicht. Geshela legt het hoofdstuk over de verlichting uit en beschrijft aan de hand van de text de kwaliteiten van het boeddhaschap.

KOSTEN: F 180,- als los weekend of F 150,- als studieprogramma student voor minimaal één seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 22 maart om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

5 t/m 7 april
Concentratie volgens
DE BEOEFENINGEN VOOR BODHISATTVA'S
Door: GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Al naar gelang het tempo van de voorgaande cursusweekenden zal verder worden ingegaan op de verschillende grove en subtiele vormen van onrust en loomheid. De eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen zal verder uitleggen hoe we deze obstakels overwinnen met herinnering en oplettendheid.

Nadat met behulp van deze kennis, vaardigheid is ontstaan in de verschillende manieren waarop we de obstakels in concentratie overwinnen, neemt onze concentratie capaciteit toe. De verschillende niveaus

van concentratie die vervolgens worden bereikt, zullen worden uitgelegd. Tevens wordt duidelijk welke bijzonder krachtige verworvenheden of siddhi's met concentratie kunnen worden verkregen en hoe deze samatha-meditatie tenslotte uitmondt in de perfectie van meditatieve concentratie.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal één seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 5 april om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

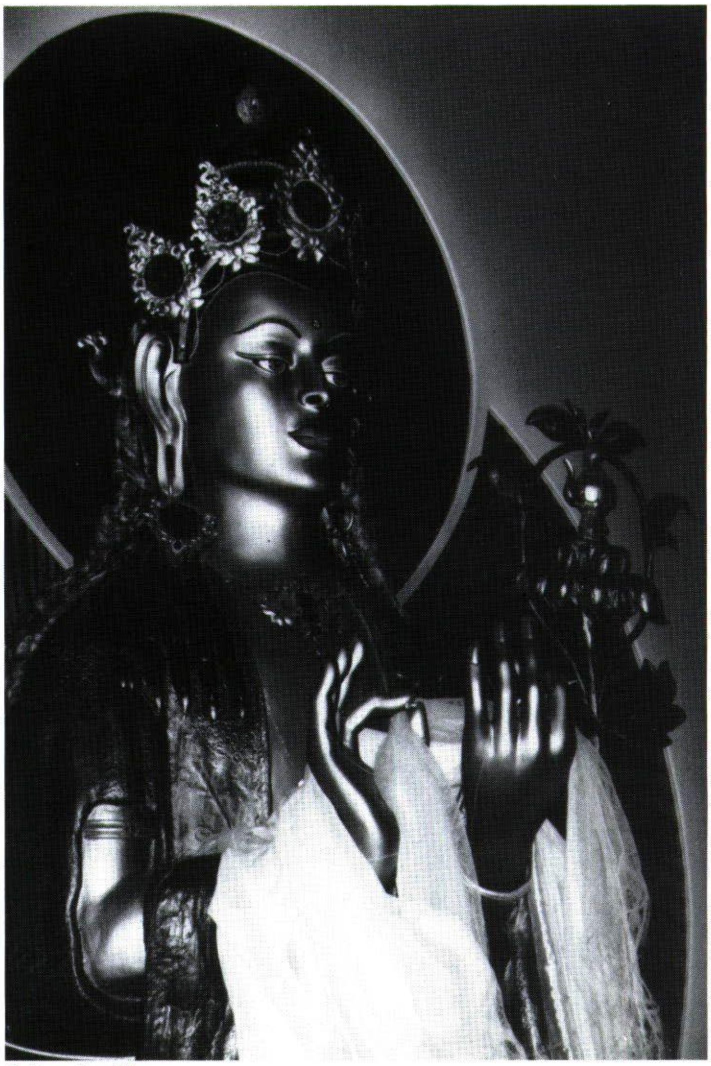
9 t/m 16 april
GROENE TARA RETRAITE
O.l.v. eerwaarde TENZIN KELZANG

Deze groepsretraite wordt georganiseerd voor al degenen die deze verplichting zijn aangegaan bij het ontvangen van de vervolg-toestemming om te beoefenen in de Groene Tara, die Lama Zopa Rinpochee in 1993 gaf. Natuurlijk kan ook iedereen hieraan deelnemen die een Groene Tara initiatie van een andere Lama heeft ontvangen. Gedurende de retraite doen we in drie of vier zittingen per dag de 'Goeroe Yoga van de Groene Tara', nemen we de Acht Mahayana Voorschriften en beginnen we elke zitting met volle neerbuigingen voor de 35 Boeddha's, gevolgd door meditatie op de Stadia van het Pad naar de Verlichting (Lam Rim) met behulp van Lama Tsong Khapa's text: 'De Basis van Alle Goede Eigenschappen'.

KOSTEN: F 350,-
AANVANG: Dinsdagavond 9 april om 20.00 uur.
EINDE: 16 april na de lunch.
AANMELDING: tel: 0578-661450.

19 t/m 21 april
DE ALTIJD VOORTGAANDE STROOM (GYU LAMA)
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door: Hans van den Bogaert.

Geshe Sonam Gyaltsen verklaart aan de hand van deze text van Maitreya de verschillende kwaliteiten van het boeddhaschap en de verschillende tekenen van het boeddhalichaam. Zie ook de aankondiging aan het begin van dit programma overzicht.


Jan Paul Kool

Maitreya Boeddha

KOSTEN: F 180,- als los weekend of F 150,- als studieprogramma student bij deelname voor minimaal één seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 19 april om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

3 t/m 5 mei
Concentratie volgens
DE BEOEFENINGEN VOOR BODHISATTVA'S
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Het concentratie-vermogen dat de bodhisattva ontwikkelt komt niet ten bate van zijn eigen belang, maar wordt aangewend voor het belang van anderen. Behalve onmiddellijke voordelen van concentratie in het bevorderen van het tijdelijke welzijn van anderen, bestaat de toepassing ervan op het bodhisattva-pad voornamelijk uit het vergroten van diep inzicht (vipasyana) voor de perfectie van wijsheid, met het oog op het uiteindelijke welzijn van alle voelende wezens. De eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen zal vooruitlopend op de beoefening van de perfectie van wijsheid, enige toepassingen van concentratie laten zien.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal één seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 3 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

17 t/m 19 mei
DE ALTIJD VOORTGAANDE STROOM (GYU LAMA)
Door: GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert

Tijdens deze weekend cursus zal de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen uitweiden over de verlichte activiteiten van de Boeddha. In het Mahayana boeddhisme worden de spontane activiteiten van verlichte wezens geacht grenzeloos te zijn. Al het goede komt van de Boeddha(s). Dit hoofdstuk over de verlichte activiteiten kan wellicht een idee geven van de talrijke manieren waarop een boeddha actief is voor het welzijn van de wezens. Dit idee kan vervolgens als bron van inspiratie gelden voor degenen die voor het welzijn van iedereen naar het hoogste niveau van evolutie streven.

KOSTEN: F 180,- voor een los weekend of F 150,- voor studieprogramma studenten bij deelname aan tenminste één seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 17 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

24 t/m 27 mei of
24 t/m 31 mei.
SAKA DAWA NYUNG NÄ VASTENRETRAITE
O.l.v. Eerwaarde Hermes Brandt

De Nyung Nä is een tweedaagse vastenretraite van Avalokiteshvara, de Boeddha van Mededogen. Het is een zeer krachtige zuiveringsmethode om in korte tijd veel schadelijke karmische indrukken op te heffen en veel positief karma te verzamelen. In de periode van 24 t/m 31 mei zullen achtereenvolgens drie vastenretraites worden gehouden. Het is ook mogelijk om alleen aan de eerste retraite van vrijdagavond 24 mei t/m maandagochtend 27 mei mee te doen. Op vrijdagavond wordt een inleiding over de beoefening gegeven en worden organisatorische zaken geregeld. Op beide hoofddagen worden de Acht Mahayana Voorschriften genomen en zijn er drie meditatiezittingen van drie uur elk. Wanneer u alleen de eerste vastenretraite meedoet, vindt op de derde dag vroeg in de ochtend de laatste sessie plaats die rond acht uur wordt beëindigd. Deze eerste retraite zal geleid worden door de Nederlandse monnik Hermes Brandt.

Voor degenen die de hele periode willen meedoen, (alleen de tweede periode of alleen de derde periode kan dus niet) begint de tweede retraite de ochtend van 27 mei en de derde 29 mei. De totale retraite eindigt op de ochtend van 31 mei.
Deelname is alleen mogelijk als u al toevlucht hebt genomen. Indien u een volledige initiatie heeft ontvangen kunt u aan alle onderdelen meedoen. Met alleen toevlucht als basis kunt u niet alle onderdelen meedoen, maar kunt u wel een krachtige zuiveringsretraite doen. Aangezien de beoefening fysiek veel van u vergt, dient u goed gezond te zijn. De meditaties worden geleid in het Nederlands. Er wordt echter een Engels-talige tekst gebruikt. In het cursusgeld is geen geld gereserveerd voor offergaven. Hiervoor dient u nog vijf à tien gulden per Nyung Nä te reserveren. Omdat zuiverheid voor deze beoefening erg belangrijk is, is het goed om voldoende schone kleding mee te nemen. De retaite wordt afgesloten met een gezamelijk ontbijt rond tien uur.

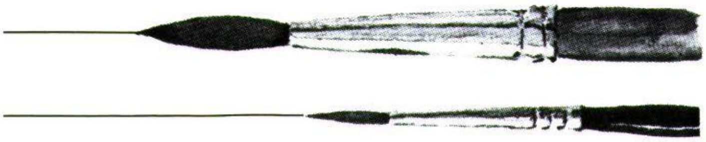
KOSTEN: F 60,- per deel (= F 180,- totaal).
AANVANG: Vrijdagavond 24 mei om 19.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

1 juni
SAKA DAWA
Een dag van mantrarecitaties.
O.l.v. eerwaarde TENZIN KELZANG.

Deze bijzondere dag waarop de geboortedag, de verlichting en het overgaan in parinirvanana van de historische Boeddha Sakyamoenie worden herdacht, zal in retraitesfeer worden doorgebracht met het reciteren van de mantra van de Boeddha van Mededogen, Avalokiteshvara. De verzamelde mantra's kunnen worden toegewijd aan een lang leven van Zijne Heiligheid de Dalai Lama. Zie hierover ook het verzoek elders in dit magazine.

KOSTEN: F 35,-
AANVANG: Vrijdagavond 31 mei om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.

13 t/m 27 juni.
Meditatieve teken- en schildercusus
Onderwerp: Witte Tara
Door: Andy Weber
Voertaal: Engels.



Als u de maartcursus al heeft meegedaan, kunt u in deze periode uw schildering onder de leiding van Andy voltooien. 13 t/m 16 juni wordt het weekend van maart herhaald, vanwege de grote belangstelling voor het leren tekenen en schilderen van de verschillende Boeddha-vormen. Naast het daadwerkelijke tekenen en schilderen, zullen ook de theoretische aspecten aandacht krijgen. Het schilder onderwerp is de Witte Tara. Zij is de boeddha van lang leven, wijsheid en poëzie. Tara is een van de meest populaire boeddha's van het Tibetaans boeddhistisch pantheon. In het eerste weekend kunt u beginnen met de schildering indien u nog niet eerder was begonnen (zie ook 15 t/m 18 maart). Het tweede weekend 22 en 23 juni bent u vrij om door te schilderen of aan de cursus van Alex Berzin deel te nemen. .

KOSTEN: F 260,- voor het lange weekend
F 985,- voor de hele cursus.
AANVANG: Donderdagavond 13 juni om 20.00 uur.
EINDE WEEKEND: Maandagmiddag 17 juni na de lunch.
EINDE CURSUS: 27 juni na de lunch.
AANMELDING en AANVRAAG MEER INFORMATIE:
tel : 0578-661450
fax: 0578-661851.

21 t/m 23 juni
INLEIDING TOT HET TIBETAANS BOEDDHISME, WAT BETEKENT HET VOOR DE WESTERSE MENS.
Door: ALEX BERZIN
Voertaal: Engels.

Alexander Berzin is één van de bekendste tolken/vertalers, die al jarenlang zijn kennis deelt met studenten van Dharmacentra over de gehele wereld. Verschillende keren bezocht hij ook het Maitreya Instituut. Het onderwerp van dit cursusweekend heeft hij zelf voorgesteld en wij zijn ervan overtuigd dat hij erin zal slagen om de wijsheid van de leegte op een pakkende wijze in verband te brengen met het overwinnen van de waanideeën en emotionele problemen die ons het leven zuur maken. De cursus wordt in het Engels gegeven.

KOSTEN: F 210,-
AANVANG: Vrijdagavond 21 juni om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

29 en 30 juni
LEVEN EN LEER VAN DE BOEDDHA
Door: LAMA DAGPO RINPOCHEE
Nederlandse vertaling door Hans van den Bogaert.

Lama Dagpo Rinpochee behoeft geen introductie meer. Eén van de grootste meesters van deze tijd geeft wederom zijn hartverwarmende lessen vanuit de oorspronkelijke boeddhistische leer met de onbaatzuchtige motivatie van een gerealiseerde bodhisattva en de helderheid van een levende boeddha. Het onderwerp voor deze twee dagen is het leven en de leer van de historisch Boeddha Sakyamoenie. Rinpochee zal vertellen over het leven van de Boeddha en uitleggen hoe de verschillende boeddhistische tradities, zoals Hinayana en Mahayana en de verschillende filosofische stromingen van het boeddhisme, allemaal afkomstig zijn van die ene bron, de Boeddha, die juist in deze tijd van logica en wetenschap in het rijke westen steeds meer aanhangers krijgt. Tussen de lezingen door kunt u kennis maken met enkele boeddhistische meditatie technieken.

KOSTEN: F 210,-
AANVANG: Vrijdagavond aankomst voor 22.00 uur. De eerste lezing is zaterdagochtend om 9.30 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

12 juli t/m 26 juli
ZOMER MEDITATIE CURSUS (LAM RIM)
Door: THUBTEN PENDE
Voertaal: Engels.
Nederlandse vertaling indien gewenst in de vorm van samenvattingen.

Dit jaar schept het Maitreya Instituut een unieke gelegenheid om kennis te maken met de Lam Rim traditie, waarbij een overzicht van alle stadia van het

pad naar de verlichting wordt gepresenteerd, uit de mond van een Westers boeddhist. Hoewel Pende jarenlang een praktiserend monnik was, is hij dat nu niet meer, maar als praktiserend boeddhist is hij beter dan wie ook in staat de kern van de boeddhistische leer op een voor westerlingen gemakkelijk toegankelijke manier te presenteren. Bovendien zal zijn ruime begrip voor en ervaring met moeilijkheden die specifiek Westerse boeddhisten ervaren, een waardevolle gift blijken te zijn voor zowel nieuwe als oude boeddhisten die een Westerse ingang in de Dharma op zijn waarde weten te schatten.

De Lam Rim Meditatiecursus vormt al jarenlang het hart van alle programma onderdelen die door het Maitreya Istituut worden georganiseerd. De lezingen, waarin de meditaties worden uitgelegd, worden afgewisseld door geleide meditaties, zodat onder deskundige leiding zowel kennis als ervaring kan worden opgedaan.

De cursus is bij uitstek geschikt voor mensen die in korte tijd zoveel mogelijk over het boeddhisme willen leren omdat het hele boeddhistische pad op een zeer overzichtelijke manier wordt gepresenteerd; voor nieuwe boeddhisten een uitdaging. Voor ervaren boeddhisten verschaft de retraite-sfeer ieder jaar weer een gewaardeerde gelegenheid tot verdieping van beleving en ervaring.

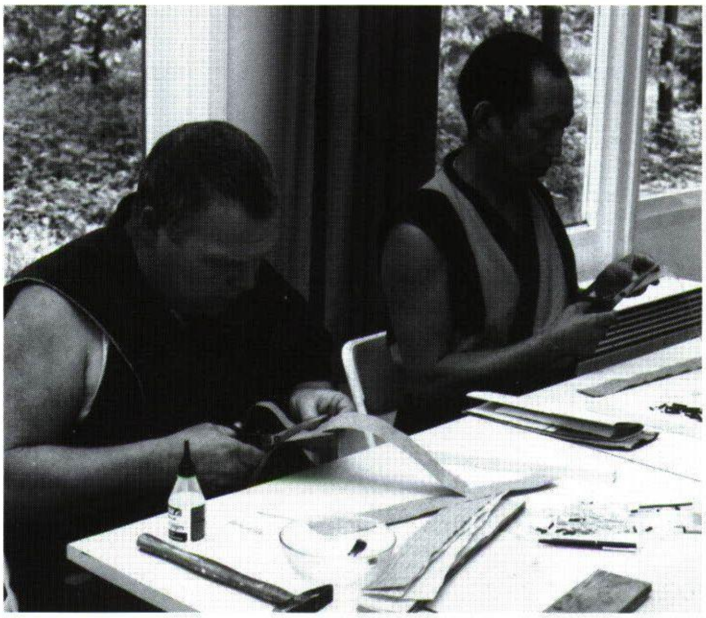
KOSTEN: F 985,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 12 juli om 20.00 uur
EINDE: Vrijdagmiddag 26 juli na de lunch.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

DE BOSCOMMISSIE ORGANISEERT WEER EEN AANTAL WERKPERIODEN

Voor de volgende bos- en tuinwerk perioden vragen wij vele helpende handen die licht werk maken:
Weekend: 22/23/24 maart, aankomst vrijdagavond 22 maart.
In verband met de coördinatie van de werkzaamheden verzamelen de deelnemers op vrijdagavond. De werkzaamheden eindigen zondagmiddag.
Weekend: 19/20/21 april, aankomst vrijdagavond 19 april.

Werkweek: 29 april t/m 3 mei, aanvang maandagavond 29 april.
Uw hulp wordt gevraagd voor een totale opknapbeurt van gebouwen en terrein in verband met de bezoeken door de Lamas Thubten Zopa Rinpochee en Dagpo Rinpochee. De werkzaamheden aan de gebouwen staan onder leiding van Fons Dam. De werkzaamheden aan het terrein onder leiding van Inge te Velde.

KOSTEN: Aan deelname zijn geen verblijfskosten verbonden.
AANMELDING EN INFORMATIE: Inge te Velde, tel: 0578-629566.


Jan Paul Kool

Mantra rolletjes maken

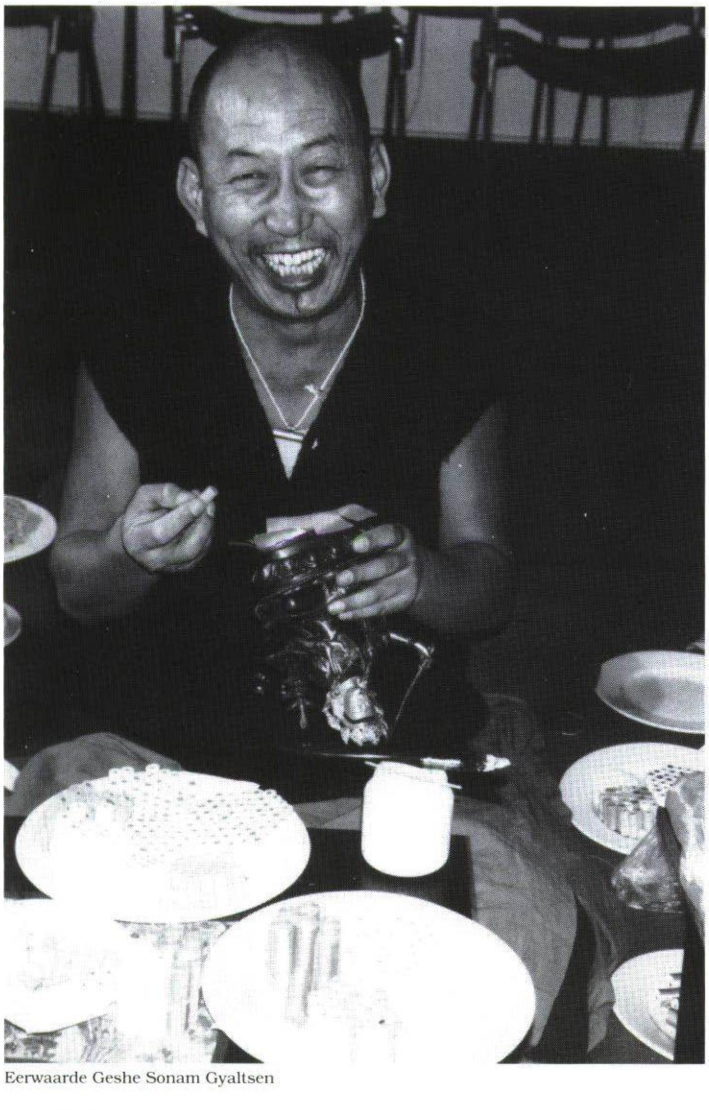
TIJDENS DE GYU LAMA WEEKENDEN GAAT HET MANTRA ROLLEN GEWOON DOOR. TIJDENS DE MAANDEN JUNI, JULI, AUGUSTUS EN SEPTEMBER IS ONZE VASTE LERAAR, DE EERWAARDE GESHE SONAM GYALTSEN, AFWEZIG.

LEZINGEN IN HET LAND DOOR GESHE SONAM GYALTSEN IN 1996

AMSTERDAM: Maitreya Studiegroep
Amsterdam,
Prinsengracht 200,
Tel.: 020-6254138.

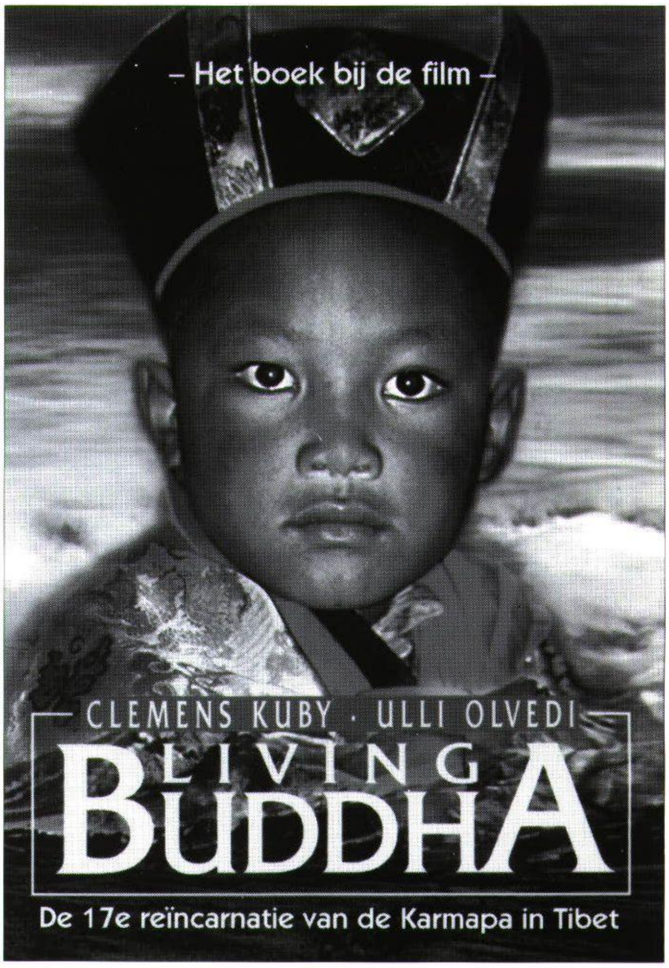
GEDACHTENTRAINING (LO DJONG)
naar: HET JUWELEN KRALENSNOER VAN EEN BODHISATTVA
van de Indiase meester Atisha
in een serie lezingen op de woensdagavonden:
14 februari
13 maart
10 april
8 mei

AANVANG: 19.30 uur.



Jan Paul Kool

Eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen



Clemens Kuby:

LIVING BUDDHA

De zeventiende reïncarnatie van de Karmapa in Tibet

Living Buddha is het verhaal van de reïncarnatie van de Karmapa, hoofd van de Kagyü-orde van het Tibetaans boeddhisme. De zestiende Karmapa stierf in 1981 in Amerika. Op 25 juni 1986 werd hij in oost-Tibet als kind van nomaden opnieuw geboren.
De Duitse boeddhist en regisseur Clemens Kuby werd verkozen om het hele proces rond de reïncarnatie van de Karmapa te filmen: de zoektocht, het vinden van de brief waarin de zestiende Karmapa zijn wedergeboorte voorspelde en de uiteindelijke inhuldiging van de toen zevenjarige jongen in Tibet.

het boek: fl. 39.50
ISBN 90-71985-32-6
400 pag's. rijk geïllustreerd

de video: fl. 49.90
ISBN 90-71985-33-4
ca. 2 uur, Nederlands ondertiteld

de CD: fl. 39.90
ISBN 90-71985-34-2
de soundtrack van de film met o.a.
'Gyalwa Karmapa' in Tibetaans & Engels

verkrijgbaar in de boekhandel

Osho Publikaties
☎ 020 - 6969 372 ☎

Maitreya Instituut

MAITREYA MAGAZINE
April, mei, juni '96

VERSCHIJNING
1x per kwartaal

UITGAVE
Kerkgenootschap Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: (0578) 66 14 50
Fax: (0578) 66 18 51

REDACTIE EN VERTAALTEAM
Gelong Jampel Pharchin
Gelongma Tenzin Kalzang
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Jolanda Egberts
Marijke Drost

EINDREDACTIE
Hans van den Bogaert

VORMGEVING
René van Luyn

ILLUSTRATIES
Andy Weber, René van Luyn
e.a.

DRUK
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Maitreya Instituut.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

LIDMAATSCHAP/ABONNEMENT
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar. Het lidmaatschap gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd. De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *f* 25,-- per jaar in Nederland
Europa *f* 35,-- overige landen *f* 50,--
Gezinsabonnement *f* 37,50
Losse nummers *f* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN
Voor abonnementen, contributie, donaties Postbank: nr. 6901668 Bank: I.N.G. Epe, rek.nr.: 65.70.24.481 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst.
Betalingen voor winkel en groothandel alleen per faktuur en acceptgiro.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

SPIRITUEEL LEIDER
Lama Thubten Zopa Rinpochee

VASTE LERAAR
Geshe Sonam Gyaltsen

KERKGENOOTSCHAPBESTUUR
Voorzitter:
Sander Tideman

Vice voorzitter:
Thirza Happé

Secretaris:
Lan Tjoa

Penningmeester:
Arjan Korevaar

Bestuursleden:
Lama Thubten Zopa Rinpochee, Gelong Marcel Bertels, April Elzenga, Paula de Wijs-Koolkin

Telefoon: (0578) 66 14 50
Fax: (0578) 66 18 51
E-mail: maitreya@pi.net

Het kantoor van het instituut is zondag t/m vrijdag telefonisch bereikbaar van 09.00-16.00 uur. Op andere tijden als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken op ons antwoordapparaat. Het kantoor is op zaterdag gesloten.

VOORPLAAT
Maitreya Boeddha
Foto: Jan Paul Kool
Vormgeving: Chris Verschoor

DOELSTELLING
Het kerkgenootschap en de stichting stellen zich tot doel: Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

***f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1996**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1996 te worden voor f 25,-- per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze Postbankrekening nr.: 6901668 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan naast het Maitreya Magazine 6x per jaar het Engelstalige blad Mandala. Verder krijgt u **15% korting** op alle artikelen **uit de winkel** behalve op de transcripten. U bent ook automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 70 aangesloten centra in de hele wereld.

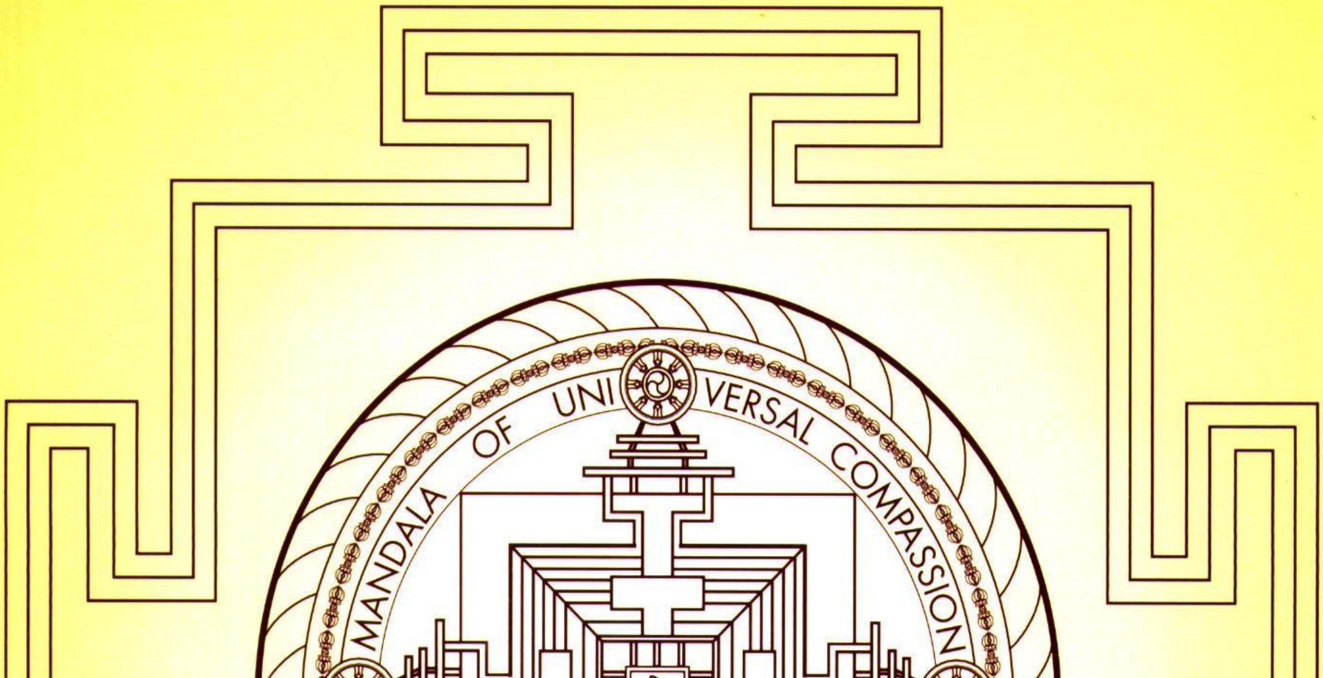
DONATEURS
Donaties aan het kerkgenootschap zijn aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis etc.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedraagt.

***f* 100,-- MAITREYA MAGAZINE LID-ABONNEE 1996 & FPMT-LID 1996**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *f* 100,-- Lid/Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en 6x het Engelstalige blad Mandala.

DONATEUR GESHE ACTIE
Voor het verblijf en onderhoud van de Geshe en zijn vertaler is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze actie storten een maandelijks bedrag van minimaal *f* 10,-- voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe actie.

LEENFONDS
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *f* 2500,-- storten op rekeningnr.: 65.70.24.481 van de I.N.G. Bank te Epe t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak.



F.P.M.T

FOUNDATION FOR THE PRESERVATION OF THE MAHAYANA TRADITION